

# Student Guide to Japan

2025-2026



繁體中文版 (Traditional Chinese)

## Chapter 1 了解日本留學

- 01 日本留學的魅力
- 02 日本是個怎樣的國家？
- 04 為何選擇日本留學？
- 05 留學計畫
- 06 流程

## Chapter 2 了解學校與考試

- 08 日本的教育制度
- 10 大學(大學部)・短期大學
- 12 研究所(大學院)
- 15 用英語獲取學位的課程
- 16 短期留學・插班就讀
- 17 高等專門學校
- 18 專門學校(專修學校專門課程)
- 20 日語教育機構
- 22 日本留學試驗(EJU)
- 24 日本留學採用的各種考試
- 25 為促進日本留學之海外聯絡網機能強化事業

## Chapter 3 了解在日生活

- 26 入境手續
- 30 留學所需費用
- 31 生活費・物價
- 32 學費
- 34 獎學金
- 36 住宿
- 37 醫療保險・損害保險・互助保險
- 38 課外兼職
- 39 職業實習
- 40 在日本就業

## Chapter 4 統計資料

- 41 統計
- 42 校園日記
- 44 日本留學Q&A
- 45 日本留學的實用網站

### 其他資訊

# 日本留學的魅力

Why Study in Japan?

### 世界最高等級的教育水準

日本留學的最大魅力即為學習最先端的技術、知識。特別在科學領域，更是居於領導世界的地位，近年來幾乎每年都會出一位諾貝爾獎得獎人。汽車、家電、醫療機器、機器人、航太產業、AI等等，運用優秀的科學技術驅使的產品在世界廣受認可，支撐著人們的生活。同時，日本的學校不只注重學力，亦能鍛鍊重視禮儀的心靈，在出社會後獲得實質的回饋，而讓留學生們大為讚賞。



### 經濟實惠的學費

日本的學費和美國及英國相比便宜。比方說日本的國立大學學費，約為美國的公立大學學費的五分之一，同時，日本也有著許多針對留學生的獎學金及學費免除、減免制度。



### 國際化的環境

如今日本約有來自世界各地超過180個國家及地區的留學生，其人數約有30萬人，在大學、日本語學校等機構學習。持續且踏實成長的亞洲，放眼全世界也是眾所注目的地區。來到日本留學，不僅是日本，也能連結全世界做學習。再者，為了不讓日語成為障礙，以英文取得學位的課程也持續增加中。



### 富饒的自然與文化

春、夏、秋、冬各有不同風貌，有著豐富自然風情的日本。此外，被大海圍繞的日本，自古以來便孕育出獨特的文化。現在，茶道與插花等傳統文化，動漫等大眾文化共存。和食是以季節的食材做出色彩豐富且健康的料理，受聯合國教育科學及文化組織認可為無形文化遺產，在世界舞台受到注目。



### 在日本就業

不分國籍，錄用優秀外國留學生的事例正逐漸增加中。這群人作為聯繫國際的橋梁，以多元化的思考使組織活性化。在日本，不只是大型企業，即便是中小型企業，以領先世界的先進技術，以及高市場占有率的優良企業就有很多。在日本就業，想必將是累積知識及經驗的絕佳機會。

# 日本是個怎樣的國家？

**1 平均壽命：世界第1**

**2 工業用機器人稼動台數：世界第2**

**2 汽車出口台數：世界第2**

**3 國內生產總值 (GDP)：世界第3**

**3 聯合國會費分擔比例：世界第3**

日本的諾貝爾獎得主人數 (30人)：世界第6 (亞洲第1)

資料來源：日本學生支援機構

全球和平指數：世界第17 (亞洲第3)

人口：世界第11

世界遺產數量：世界第11 (亞洲第3)

資料來源：KIDS外務省 世界各種雜學排行榜

資料來源：GLOBAL PEACE INDEX 2024

資料來源：諾貝爾基金會資料

## 日本的基本資料

面積：約378,000 km<sup>2</sup>

人口：約124,352,000人

首都：東京

言語：日語

貨幣：日圓 (¥)

資料來源：總務省統計局 (2023年)



## 介紹日本的網頁

● Web Japan (外務省)

<https://web-japan.org/>



● 日本政府觀光局 (JNTO)

<https://www.japan.travel/tw/tw/>



● 充滿魅力的日本各地方 (觀光廳)

<https://www.mlit.go.jp/kankochō/cruise/jp/introduction/index.html>



# 為何選擇日本留學？

我們詢問了正在日本留學的學生！



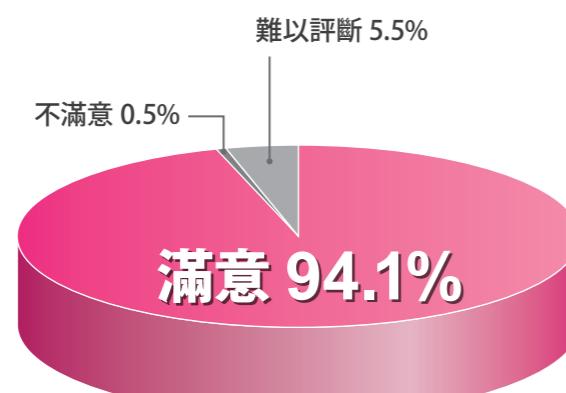
## 為何選擇日本留學？(複數答案)



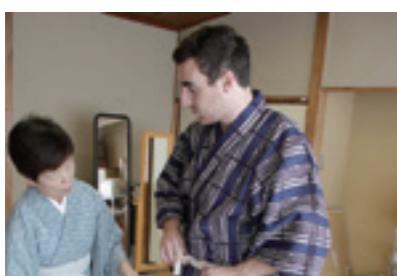
- 第1名 因對日本社會有興趣，想在日本生活 ..... 61.3%**
- 第2名 想學習日語與日本文化 ..... 39.4%**
- 第3名 因認為日本的大學等教育、研究具有吸引力 ..... 37.8%**
- 第4名 有感興趣的專業領域 ..... 25.0%
- 第5名 想接觸異文化 ..... 21.7%
- 第6名 地理位置接近 ..... 18.0%
- 第7名 雖然也考慮其他國家，但日本最符合學力或費用等條件 ..... 17.2%
- 第8名 想從事與日本有關的工作 ..... 16.7%



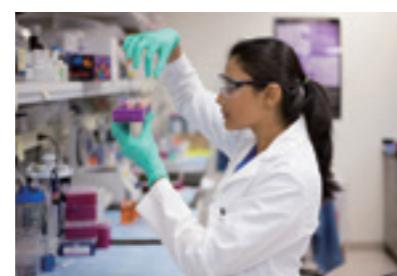
## 留學之後對日本的印象如何？



資料來源：「2023年度自費外國人留學生生活實態調查」(JASSO)



結交許多日本人和其他國家的朋友，以積極地溝通交流和參與課外活動渡過了充實的生活！



在充滿優秀的研究者及環境之中，可渡過充實的研究生活。所以請明確地設立目標，並試著專心致志於研究上！



日本特有的就業活動雖然很辛苦，但是可以再重新認識自我，確實是獲得成長的寶貴經驗。

# 留學計畫

擬定計劃是成功的關鍵！



留學的目的為何?  
你設為目標的未來職業  
需要有什麼資格認證・  
能力？



想要學習什麼?  
專攻・專業領域是什麼？



在哪個教育機構  
學習好呢？



需要學習多久  
的期間呢？

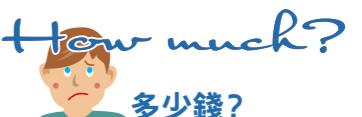
1 學位・稱號	學士	大學	4年(※部分6年)
	碩士	經濟學? 教育學? 物理學? 工學? 情報學? 醫學?	研究所(大學院) 2年~
	博士	農學? 設計?	研究所(大學院) 3年~
	短期大學士	美術? 服裝? 動畫?	短期大學 2年(※部分3年)
	準學士		高等專門學校 3年(※部分學校為3年6個月)
	專門士		專門學校 2~3年
	高度專門士		專門學校 4年

2 短期學習 體驗	短期留學	・日本語 ・日本文化 ・比較文化	日本語學校 大學的短期課程 數月~1年
	交換留學		大學 1年以內

3 日本語學習	學習日語	日本語學校	~2年
	升學	・升學課程 ・日本語會話 ・商業日本語	日本語學校 ~2年
			私立大學・短期大學 留學生別科 1~2年



何時出發?  
何時開始?  
需要多久時間做準備？



需要花費多少?  
出國交通費用? 生活費?  
房租是多少? 餐費? 存款是否足夠?  
期間是否需要家人匯錢?  
課外兼職呢? 獎學金呢?

參考 P.6 ~ 7 的「流程」來安排留學計畫吧！

一邊參考 P.30 ~ 38 試算看看吧！

# 流程

是否已排好留學計劃?  
接下來是要如何進行準備事項，  
來看一下大約的時間表吧。

## 從留學計劃的擬訂到前往日本

### plan 1 只想學習日語的人

步驟 1 ~ 8 在自己國家準備、步驟 9 在日本準備、步驟 10 即可至日本語言學校就讀、步驟 11 自日本語學校結業。

### plan 2 學習完日語後，想直接升學至大學及專門學校等的人

步驟 1 ~ 8 在自己國家準備、步驟 9 在日本準備、步驟 10 即可至日本語言學校就讀。在日本語言學校學習中進行步驟 12 ~ 22 的準備、步驟 23 自日本語學校結業。步驟 24 即可進入大學、專門學校就讀。

### plan 3 想從自己國家直接升學至日本的大學或專門學校的人

日語能力已足夠的你、或是選擇英語授課課程的你……

步驟 2 ~ 11 跳過，直接從步驟 12 的索取資料開始吧。入學考若合格，辦手續後進入步驟 24，即可進入大學、專門學校就讀。

## 關於透過留學代辦業者

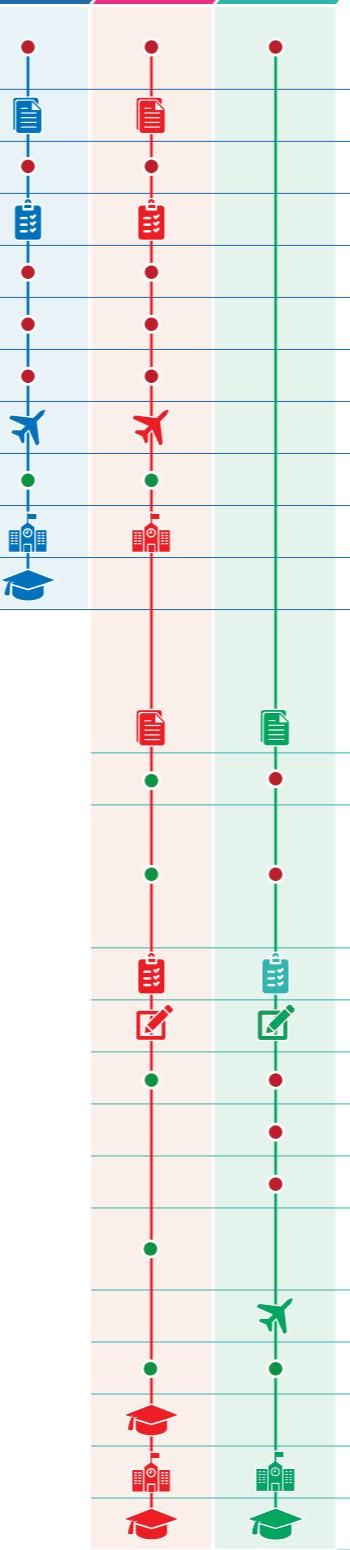
自己進行留學手續除了較經濟，又有可培養自我判斷能力，對提升語言能力有益等許多好處，但忙碌或是擔心自己語言能力不足時，通過留學代辦業者來辦理日本留學相關事宜也是一個不錯的選擇。

### 選擇的重點！

- ①費用 是否有比較各家認為合理價格？業者是否有遊說在日本課外兼職以賺取全部的學費及生活費等？費用的明細及服務內容等是否製作成契約書提供？
- ②對應 是否有介紹符合留學目標的學校？業者是否有遊說用偽造的文書資料入境？對於提問及手續的進度是否有給予適切的回覆？是否有催促報名？不只是留學的好處，是否也有說明辛苦的部分等？
- ③實績 是否有足夠的代辦赴日實績？

● 在自己國家的手續  
● 在日本的手續

plan 1 > plan 2 > plan 3



步驟	關連頁	時期		行動
1 計畫及資訊收集	P.5, P.25, P.30~33, P.44~45	1月~3月	7月~9月	將留學目的明確化、具體化。 確認需要的語言能力及留學費用等。
2 日本語學校的資料索取	P.20・21		4~6月	索取數間志願學校的學校簡介、入學申請書。 確認申請資格。
3 選擇學校	P.20・21		~9月	依學校簡介等資料來篩選志願學校。
4 申請	P.20・21		9~11月	將入學申請書、需要的文件資料寄至志願學校。
5 入學許可				領取入學許可書。匯入學程費用等。
6 入境手續	P.26~29			領取居留資格認定證明書(COE)、申請簽證。
7 留學準備				尋找住處。
8 出國手續・出發				安排機票、保險。
9 入學手續				
10 日本語學校入學・開始學習		4月(1年・2年課程)	10月(1年半課程)	
11 自日本語學校結業				

12 大學・專門學校的資料索取	P.10~19	4~5月／9月~10月	索取數間志願學校的學校簡介、入學申請書。 確認申請資格。
13 選擇學校	P.10~19	~6月／~11月	依學校簡介等的資料來篩選志願學校。
14 報考日本留學試驗(EJU)	P.22・23	~7月／~3月	報考日本留學試驗(EJU)、報考必要的考試。 日本語能力試驗(JLPT)。 TOEFL®、IELTS、TOEIC® 應試(根據個人需要)。
15 申請	P.10~19	8~10月／1月~11月	將入學申請、需要的文件資料寄至志願學校。
16 考試		11~2月／3月~8月	資料審查、報考日本留學試驗(EJU)、 報考志願學校的入學考等。
17 入學許可			領取入學許可書。 學費等匯款。
18 入境手續	P.26~29		領取在留資格認定證明書(COE)、申請簽證。
19 留學準備			尋找住處。
20 申請更新居留期限・ 依居留活動相關的手續			安排機票、保險。
21 出國手續・出發			
22 入學手續			
23 自日本語學校結業			
24 大學・專門學校入學		4月／9月或10月	
25 大學・專門學校畢業		3月／8月或9月	

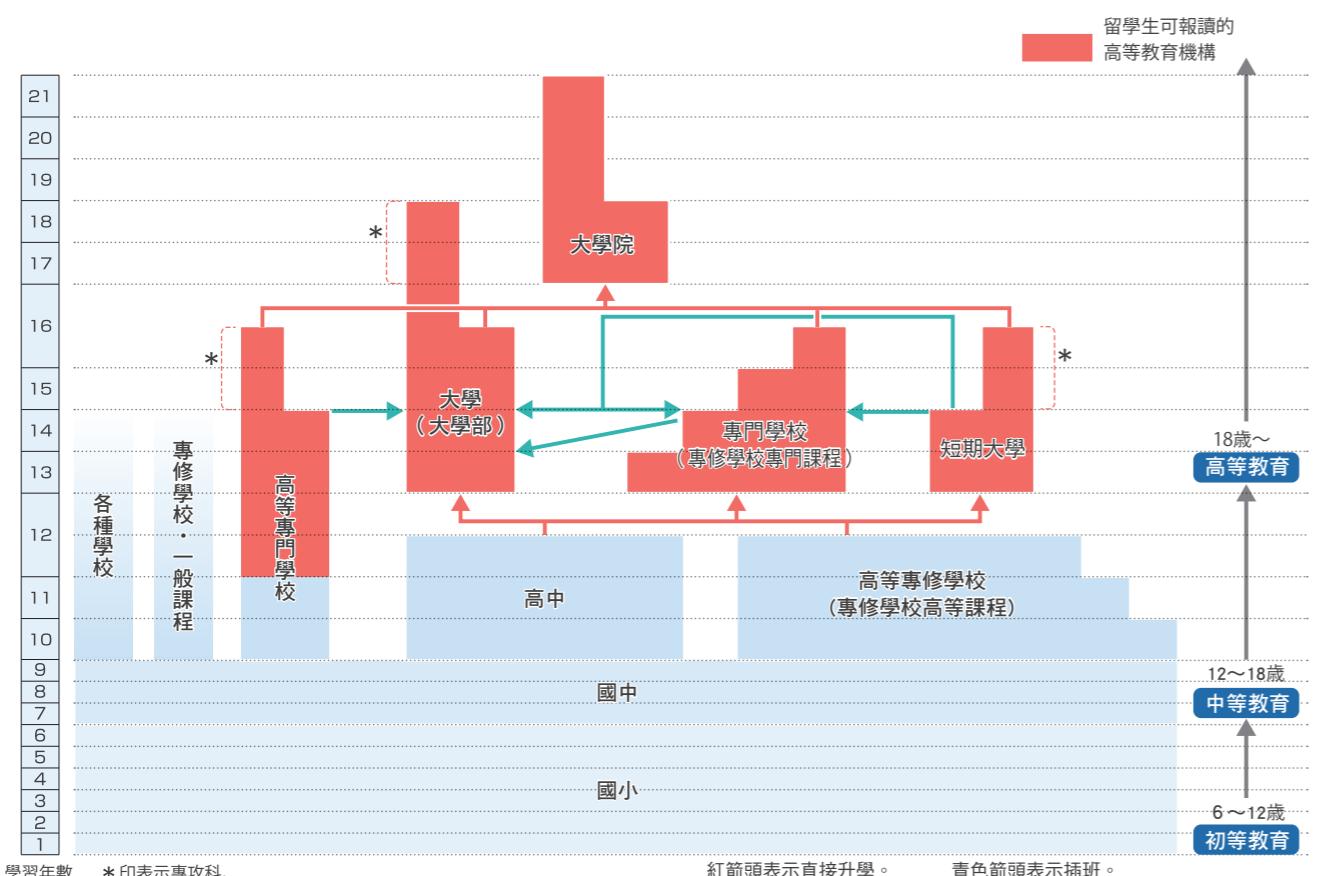
※部分學校設有秋季入學(9月或10月)。  
※從申請到入學的流程依學校而異。  
請詳閱學校招生簡章，避免手續出錯。

# 日本的教育制度

日本的高等教育是從完成初等教育(國小6年)及中等教育(國中3年、高中3年)的12年教育後開始。

留學生可入學的高等教育機構包括：①大學(大學部)(參考P.10~11)、②短期大學(參考P.10~11)、③研究所(大學院)(參考P.12~14)、④高等專門學校(參考P.17)、⑤專門學校(專修學校專門課程)(參考P.18~19)，依設立者分為國立、公立、私立。

此外，亦有設置留學生可學習日語的日語教育機構(參考P.20~21)



## 1. 確認學校行事曆和學期制吧！

日本學校的1學年通常是4月開始、隔年3月結束，大多數的大學是2學期制，4~9月為上學期、10~3月為下學期，但也有的大學是採用3學期或4學期制。在日本雖然一般來說是4月入學，但特別是研究所當中有多數學校採行9月或10月入學的制度。

4月入學、2學期制的學生的1年												
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
		前期			暑假		後期		寒假	後期	春假	

## 2. 確認入學資格吧！

為了進入日本的大學(大學部)、短期大學、專門學校學習，原則上必須修完正規學校教育12年的課程。

入學高等專門學校(編入第3學年)須完成11年學校教育課程，申請研究所(大學院)(碩士課程)須完成16年學校教育課程。

印度、尼泊爾、孟加拉、馬來西亞、秘魯等國完成10年或11年初、中等教育者若欲申請日本大學等，需符合右列任一條件。

但是，除右側的條件之外，有的學校也會訂定獨自要求條件。若對入學資格有任何疑問，可以直洽詢欲申請的學校。

① 在自己國家就讀大學入學的準備教育課程或在大學(大學部)等的高等教育機構1年至2年，修完正規學校教育第12年的課程。

② 修畢日本文部科學大臣認定的「準備教育課程」\*1(此項僅適用於取得日本高中同等學力者)。

修畢的初、中等教育課程未滿12年，但在所在國修畢了文部科學大臣所認定的11年以上課程者\*2，即便未修過準備教育課程，一樣具有入學資格。

\*1 文部科學大臣指定「準備教育課程一覽」  
<https://www.mext.go.jp/en/policy/education/highered/title02/detail02/sdetail02/1395421.html>

\*2 文部科學大臣指定「相當於高中的外國學校一覽」  
<https://www.mext.go.jp/en/policy/education/highered/title02/detail02/sdetail02/1395423.html>

## 3. 確認可以取得的學位、稱號及學習年數吧！

	課程	取得學位 稱號	標準畢業年限
			研究所(大學院)
研究所(大學院)	博士課程*1	博士	5年
	碩士課程	碩士	2年
	專門職學位課程	碩士(專門職)	1~2年
		法務博士(專門職)	3年
		教職碩士(專門職)	2年
大學(大學部)	一般的院系、4年制的藥學系	學士	4年
	醫學、牙醫學、獸醫學的課程、6年制藥學部		6年
專門職大學	4年課程	學士(專門職)	4年
短期大學*4	2年課程	短期大學士	2年
	3年課程		3年
專門職短期大學	2年課程	短期大學士(專門職)	2年
	3年課程		3年
高等專門學校*4	—	準學士*3	3年(商船為3年6個月)*2
專修學校	專門課程(專門學校)	專門士*3	2年以上
		高度專門士*3	4年以上

\*1 研究所博士課程有時分為前期課程(2年)和後期課程(3年)。對於學士課程的結業年限為6年的醫學、牙醫學、6年制的藥學部、獸醫學、博士課程的結業年限為4年。

\*2 高等專門學校的修業年限為5年，但通常留學生從第3學年開始插班入學。

\*3 高等專門學校的「準學士」、專門學校的「專門士」與「高度專門士」為稱號，非學位。

\*4 短期大學或高等專門學校畢業後，再修完由大學改革支援・學位授與機構(NIAD-QE)認證之短期大學、高等專門學校「專攻科」並通過NIAD-QE審查者，可取得「學士」學位。詳細請向志願學校確認。



學位授與事業(獨立行政法人大學改革支援・學位授與機構)  
<https://www.niad.ac.jp/english/degrees/>



Q 在日本取得的學位，在其他國家也會被承認嗎？

A 一般情況下，在日本取得的學位，與在其他國家取得的學位具有同等的價值。

但有的國家，可能會由教育部或認證評價機構(非營利團體、民間企業等)評價在外國獲得的學位。最好預先向所在國的相關機構進行確認。

# 大學(大學部)・短期大學

是高等教育的核心教育機構，大學的畢業年限原則上為4年，短期大學原則上為2年。有些學校還有非正式生的旁聽生、科目等選修生制度。除以取得學位的長期留學外，也有非以取得學位為目的的短期留學制度（參考P.16）。

## 1. 確認入學資格吧！

必須具備以下其中一項條件。

1. 高等學校或中等教育學校畢業者(完成12年以上正式教育課程)
2. 修完特別支援學校高等部或高等專門學校3年級(完成12年以上正式教育課程)
3. 在國外完成12年學校教育課程者(如未修滿12年課程，需另於指定準備教育課程(文部科學大臣指定準備教育課程)或研修機構(文部科學大臣指定研究機構)課程修完)
 

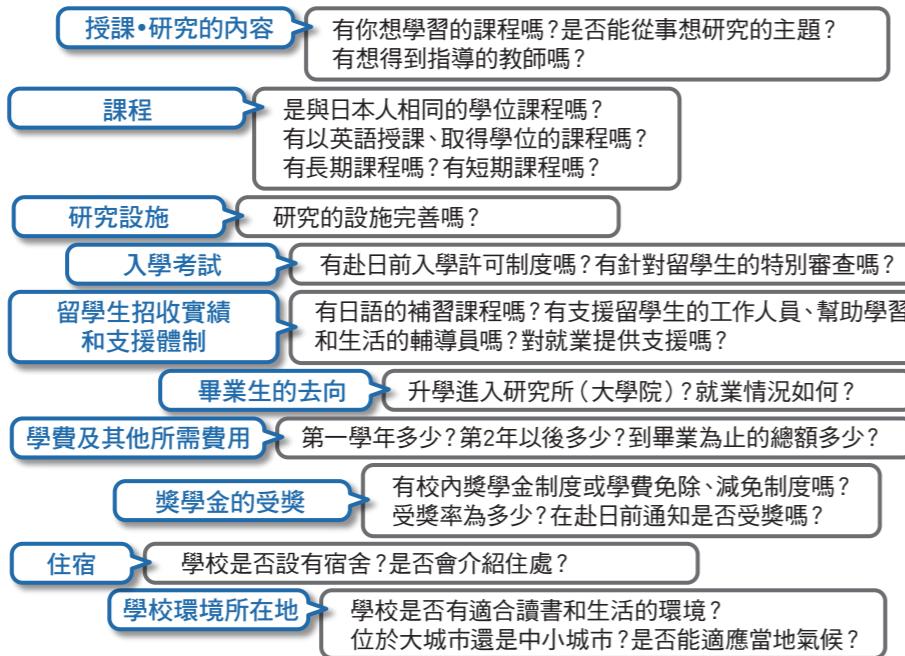
※「在外國完成12年學校教育的人」是指「在外國完成12年正規學校教育的人」。關於所完成的課程是否為正規學校教育、是第幾教育學年的課程，請聯絡相應國家的大使館
4. 在國外通過等同12年課程之學力認定考試且年滿18歲者(如未修滿12年課程，需另於指定準備教育課程(文部科學大臣指定準備教育課程)或研修機構(文部科學大臣指定研究機構)課程修完)
 

※通過「同等學力」測驗是否為等同12年課程修完，請洽各國駐日大使館
5. 在國外修完11年以上課程相關條件可以相當於高中教育課程(文部科學大臣指定課程對應的外國學校課程)高等學校學校者(含11年以上課程)
6. 在日本的外國學校完成被認定為相當於高中的外國人學校課程者(需另於指定準備教育課程(文部科學大臣指定準備教育課程)或研修機構(文部科學大臣指定研究機構)課程修完)
7. 經認定等同高中教育的在外教育設施(文部科學大臣認定在外教育設施設有高中部)之課程修完者
8. 經指定專修學校高等課程(文部科學大臣指定專修學校高等課程)修完者
9. 在舊制學校等修完者
10. 擁有可以入學外國大學資格的國際文憑(IB)、Abitur、Baccalaureate、GCE A-level、國際A-level、歐洲文憑者
11. 修完國際認證機構(如WASC、CIS、ACSI、NEASC、Cognia、COBIS)所認證之教育機構的12年課程者
 

※在獲得ECIS(CIS的前身)認可的國際學校完成12年課程的學生也有入學的資格
12. 通過高等學校畢業能力認定考試(舊稱大檢)者(如未滿18歲，則於滿18歲翌日起具認定資格)
13. 經大學個別入學資格審查認定之18歲以上者

## 2. 找尋適合自己的學校吧！

選擇大學・短期大學的重點



**i 大學・短期大學資訊檢索 (日本留學資訊網站)**  
[https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-schools/school\\_search.php](https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-schools/school_search.php)



**i 大學・短期大學檢索 (JAPAN STUDY SUPPORT)**  
<https://www.jpss.jp/zh-tw/>



### 『自費外國人留學生專用大學入學指南』

收集了各大學入學考試的內容、留學生考試合格者人數等寶貴資訊。  
編輯、發行：公益財團法人亞細亞學生文化協會（在日本國內販售）  
※可在促進赴日留學資訊處（參照P.44）瀏覽。



## 3. 確認申請資料吧！

- ① 入學申請表格(大學所規定的表格)
- ② 高中畢業(預定)證明書
- ③ 高中成績證明書
- ④ 出身的高中校長或教師的推薦信
- ⑤ 日語能力、英語能力證明書
- ⑥ 其他

各學校要求的申請資料均不同，有些學校還會要求翻譯成英文或日文，詳情請直接向欲報考之學校洽詢。

### ●什麼是專門職大學・專門職短期大學？

課程內容以成為特定職業之專門人士所必要的知識、理論為主，並重視培養實踐取向技能的大學、短期大學。  
包含長期企業實習在內的豐富實習課程，並通過與主修職業相關聯的諸多領域的學習，將與職業直接相連的「高度實踐能力」及「豐富的創造力」銘刻於身。畢業者可取得「學士(專門職)」或「短期大學士(專門職)」的學位。

## 4. 確認入學考試吧！

許多學校除了以日本人考生為對象的入學考試外，還有針對外國人(留學生)為對象的入學考試。在下列項目中選擇數項組合進行審查。考試方法因學校而異，請按照學校的入學考試指南等查閱。

- ① 資料審查
- ② 學力檢查
- ③ 面試
- ④ 小論文・作文
- ⑤ 其他有關能力・適性等檢查
- ⑥ 日本留學試驗(EJU)
- ⑦ 日本語能力試驗(JLPT)
- ⑧ 大學入學共通測驗



## 6. 畢業・修業條件為何？

符合以下條件的畢業生，將可取得學位。

※各大學規定畢業所需的學分數有所不同，以下數據僅作參考。

種類	標準畢業年限	取得學分數	取得學位
大學(大學部)	一般院系、4年制的藥學系	4年	124學分以上
	醫學、牙醫學、獸醫學的課程 6年制藥學部	6年	醫學・牙醫學 188學分以上 獸醫學 182學分以上 藥學 186學分以上
專門職大學	4年課程	4年	124學分以上
	2年課程	—	62學分以上
短期大學	3年課程	—	93學分以上
	2年課程	—	62學分以上
專門職短期大學	3年課程	—	93學分以上
	2年課程	—	62學分以上

※1 若修完分為前期課程與後期課程的專門職大學的前期課程，可取得「短期大學士(專門職)」學位。

※2 自短期大學或專門職短期大學畢業後，若修完由大學改革支援・學位授與機構(NIAD-QE)認定之專攻科，並通過其審查，即可取得「學士」學位。

# 研究所(大學院)



## 1. 確認入學資格吧！

必須具備以下其中一項條件。

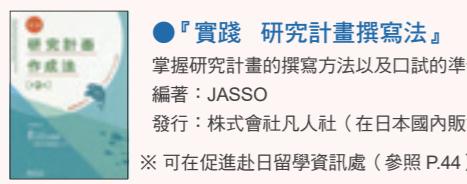
### 1 碩士課程・博士課程(前期)

- ① 已經大學畢業者
- ② 經大學改革支援・學位授與機構(NIAD-QE)授與學士學位者
- ③ 在國外修過滿16年學校教育課程者(申請修習醫學、牙醫學、藥學或獸醫學博士課程者須修滿18年)
- ④ 在日本修讀外國學校所實施的遠距教學課程，而修過該國的16年課程者(申請修習醫學、牙醫學、藥學或獸醫學博士課程者須修滿18年)
- ⑤ 在日本修過被指定為相當於外國大學的課程(文部科學大臣指定的外國大學日本分校)者
- ⑥ 在國外大學等機構修讀過三年以上學制(申請醫學、牙醫學、藥學或獸醫學博士課程入學為五年以上)，並取得相當於學士學位者
- ⑦ 修過指定專修學校之專門課程(文部科學大臣指定專修學校專門課程)者
- ⑧ 修過舊制學校等者
- ⑨ 修過防衛大學校、海上保安大學校、氣象大學校等各省大學校者
- ⑩ 經大學院個別入學資格審查認定，且年滿22歲者

## 2. 製作研究計劃書！

研究計劃書是指定主題，並針對該主題將研究內容歸納整理的文件。幾乎所有的研究所(大學院)都要求提交研究計劃書。

- 內容包括如下。
- ① 研究的目的
  - ② 背景
  - ③ 意義
  - ④ 方法
  - ⑤ 參考文獻等



『實踐 研究計畫撰寫法』

掌握研究計畫的撰寫方法以及口試的準備。

編著：JASSO

發行：株式會社凡人社(在日本國內販售)

※可在促進赴日留學資訊處(參照P.44)閱覽。

### 2 博士課程(博士後期課程)

- ① 擁有碩士學位或專門職學位者
- ② 在國外取得相當於碩士學位或專門職學位者
- ③ 在日本修讀外國學校所實施的遠距教學課程，取得相當於碩士學位或專門職學位者
- ④ 在日本修完被指定為相當於國外大學院課程的外國學校課程(文部科學大臣指定的外國大學院(相當研究所)日本分校)，並取得相當於碩士學位或專門職學位者
- ⑤ 修完聯合國大學的課程，並取得相當於碩士學位者
- ⑥ 大學等畢業後，曾在大學、研究所等機構從事研究滿2年以上，並經大學院認定具有與碩士學位持有者同等學力者
- ⑦ 經大學院個別入學資格審查認定，且年滿24歲者

### 3 博士課程

#### (醫學、牙醫學、部份藥學課程、獸醫學)

在向醫學、牙醫學、部份藥學課程、獸醫學課程提出申請之前，申請資格視學歷有所不同，請向各大學詢問。

## 3<sup>1</sup>. 找尋適合自己的學校吧！

研究所(大學院)資訊(日本留學情報サイト)  
[https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-schools/school\\_search.php](https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-schools/school_search.php)



研究所(大學院)查詢(JAPAN STUDY SUPPORT)  
<https://www.jpss.jp/zh-tw/>



研究者查詢

researchmap  
<https://researchmap.jp/researchers?lang=en>



## 3<sup>2</sup>. 找尋指導教授吧！

所謂指導教授，是指導學生作履修計劃、研究的導師，基本上必須靠自己尋找。有部份學校在申請入學之前需要事先找好指導教授，並取得非正式入學許可。

### <尋找指導教授之方法>

- 請出身大學的教師為你介紹
- 從學會雜誌、留日學長們或本國的研究者等得到所需資訊
- 網站等
- 請目標校的老師為你介紹



指導教授在度過留學生活中是非常重要的。  
盡可能地從學長姐那獲取關於指導教授的資訊、  
仔細考慮看看是否適合自己。

## 4<sup>1</sup>. 確認報考資料吧！

進入研究所(大學院)正規課程學習時，有的研究所(大學院)可以接受直接報考正規課程，也有要先修完「研究生」課程之後，再進入研究所(大學院)正規課程學習的研究所(大學院)。

- ① 入學申請表格(研究所所規定的表格)
- ② 大學學部畢業(預定)證明書
- ③ 碩士學位(預定)證明書(限於博士課程)
- ④ 最終學校的成績證明書
- ⑤ 推薦信
- ⑥ 畢業院校的研究(畢業)論文及其提綱
- ⑦ 研究計劃書
- ⑧ 其他

各學校要求的申請資料均不同，有些學校還會要求翻譯成英文或日文，詳情請直接向欲報考學校洽詢。

### <與教授取得聯絡時>

具體說明自己過去的研究成果與未來的研究計畫，以及選擇該指導教授的理由。如有可能，附上出身大學教授的推薦信會更好。由於對方只能從書面資料來判斷你的情況，所以必須不斷地嘗試，並傳達你的熱忱。至於如何寫信給教授，可參考前述的《實踐 研究計畫撰寫法》進行學習。



### 所謂研究生(Research student)是？

「研究生」是給予如下狀況的非正規學生之身份。

- ① 不以取得學位為目的，以短期研究活動為主的在學者(主要是研究所程度)。
- ② 根據大學間交流協定等以短期留學生身分在籍的學生(大學部／大學院)。
- ③ 作為升學研究所(大學院)正式課程的預備期而就讀者(主要是已修完大學課程者)。

評選：以資料審查為主，但也有需進行面試的情況。

居留資格：做為專門聽講的研究生，為了取得「留學」的居留資格、每週必需聽課10小時以上。此外，不以聽講方式、且不領取報酬從事研究的研究生，其在留資格將歸類為「文化活動」。

## 4<sup>2</sup>. 確認申請時間吧！

6月～1月之間招募情況較多。雖以4月入學的情形為多，但也有學校實施9月及10月入學。

### ●什麼是專門職研究所？

這是針對因應科學技術進展與社會、經濟全球化所設計的課程，旨在培養能在社會與國際舞台上發揮專業行動力的人才。

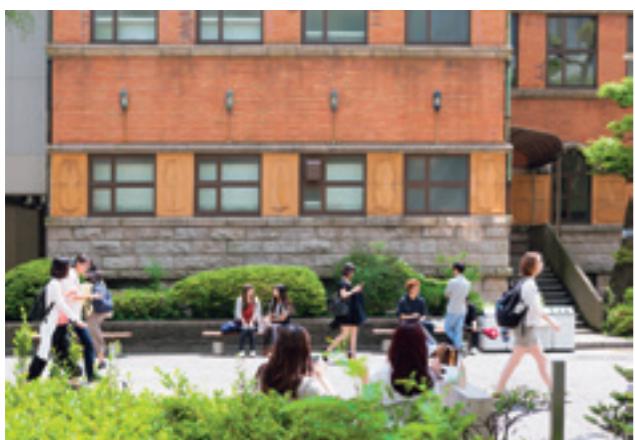
目前已在法律（法科大學院）、教師培訓（教職大學院）、會計、商業・MOT（技術管理）、公共政策、公眾衛生等多元領域中設立相關課程。

## 6. 畢業條件是？

課程	取得學位	標準畢業年限	取得學分	畢業條件
博士課程	博士	5年	30學分以上 (碩士課程所取得學分包括在內)	博士論文審查及考試及格
碩士課程	碩士	2年	30學分以上	碩士論文審查及考試及格
專門職學位課程	碩士（專職）	1~2年	30學分以上	
	法務博士（專職）	3年	93學分以上	
	教職碩士（專職）	2年	45學分以上	

\* 研究所博士課程，有時分為前期課程（2年）和後期課程（3年）。

\* 對於學士課程的結業年限為6年的醫學、牙醫學、獸醫學、6年制的藥學部，沒有碩士課程，博士課程的畢業年限為4年。



## 4<sup>3</sup>. 確認入學考試吧！

在下列項目中選擇數項組合進行審查。考試方法因學校而異，請通過學校的網站等查閱。

- ① 資料審查（申請資料）
- ② 學力檢查（專攻科目或指定科目的筆試）
- ③ 面試（面對面或透過視訊）
- ④ 小論文、作文
- ⑤ 口試有關專攻科目（面對面或透過電話）

# 用英語獲取學位的課程

因應日本大學全球化發展，越來越多大學與大學院開設「可全程以英語授課並取得學位的課程」，不再受限於日語能力。

## 1. 找尋適合自己的學校吧！

以英語授課取得學位之課程查詢（日本留學資訊網站）  
[https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-schools/school\\_search.php?](https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-schools/school_search.php?)



大學・短期大學查詢 (JAPAN STUDY SUPPORT)  
<https://www.jpss.jp/zh-tw/>



## 2. 確認申請用資料吧！

除了基本文件外，通常還需另外提交以下資料。

- ① 英語能力證明書（TOEFL®、IELTS等的官方考試成績證明單）
- ② 學力證明書（大學（大學部）的申請：日本留學試驗（EJU）、SAT、自己國家的高中學力測驗統一考試等的成績證明單）

## 3. 確認入學考試！

與以日語授課的課程相比，英語授課課程更重視英語能力評估。不同學校的考試方式各異，請務必查閱學校網站等相關資訊。

### 「國際化」領域的大學排名

順位	大學	設置類別	所在地	國際化%
1	立命館亞洲太平洋大學	私立	大分縣	99.8
2	國際基督教大學	私立	東京都	98.0
3	大阪女學院大學	私立	大阪府	94.4
4	關西外國語大學	私立	大阪府	92.0
5	宮崎國際大學	私立	宮崎縣	91.4
6	創價大學	私立	東京都	90.8
7	京都外國語大學	私立	京都府	90.6
8	上智大學	私立	東京都	89.8
9	麗澤大學	私立	千葉縣	89.2
10	福岡女子大學	公立	福岡縣	88.9

※依據「外國學生比例」、「外籍教師比例」、「外語授課課程比例」、「日本學生出國留學比例」計算  
資料來源：THE日本大學排名2023

### 新增「以外語授課比例」高的大學 ※不含外語學科之課程

順位	大學	設置類別	所在地	%
1	立命館亞洲太平洋大學	私立	大分縣	77.8
2	國際教養大學	公立	秋田縣	75.2
3	東京工業大學（現為東京科學大學）	國立	東京都	55.8
4	會津大學	公立	福島縣	46.2
5	國際基督教大學	私立	東京都	42.2
6	東京醫科齒科大學（現為東京科學大學）	國立	東京都	41.0
7	名古屋大學	國立	愛知縣	37.1
8	長岡技術科學大學	國立	新潟縣	36.2
9	廣島大學	國立	廣島縣	35.9
10	金澤大學	國立	石川縣	34.6

資料來源：THE日本大學排名2021



### 重點建議

#### 也想學日語！

依不同的大學、也有為留學生設置日語教育課程。只是有承認學分跟不承認學分的情況。另外也有需要額外支付上課費用的情況。



即使是僅以英語授課取得學位的課程，如果有先學習日語的日常會話及平假名・片假名等的話，在日本生活較為容易，就職也相對方便。有些國家在取得簽證上也需要確認是否有日語學習經驗，因此確認一下學校的申請資料吧。

### ＜需要的英語能力標準＞

	TOEFL iBT	IELTS
研究所（大學院）	75-80	6
大學（大學部）	71-80	5.5-6

# 短期留學・插班就讀

## 1. 確認關於短期留學！

「短期留學」指不以獲得學位為目的的「非正式生」，大致為數週至1學年期間的留學。

授課的語言：分為用日語、用英語以及日語及英語混用的方式進行。

課程有各種形式：為短期留學生專門設立的特殊班級，以及參加一般的大學部、學科內的授課學習等。

短期留學分別有以下5項特點。

	概要	學分	學費的支付	洽詢
①交換留學	有簽訂學生交流協定的大學留學之制度。	留學學校取得的學分、在交流協定範圍內一般可承認為所屬學校的學分。	通常向就讀學校支付，免除留學大學的學費	所在國的就讀學校
②「交換留學」以外的課程	除學生交流協定校外，亦有開放一般留學生參與的課程。	依不同的學程，有可取得學分跟無法取得學分的情況。	通常向留學的學校支付	在日本留學的大學
③研究生※	只要是大學畢業的話，就可用「研究生」的身份在研究所進行6個月或是1年專門研究的制度。	無法取得。	留學的學校	在日本留學的大學
④旁聽生※	上課科目以「聽講」為目的之制度。	無法取得。	留學的學校	在日本留學的大學
⑤科目等履修生※	上課科目以「學分取得」為目的之制度。	無法取得。	留學的學校	在日本留學的大學

※ 若以旁聽研究生、旁聽生、科目等履修生身份申請「留學」簽證，依法規定在日學習時間需達每週10小時以上。若不經旁聽而以無報酬進行研究者，則適用「文化活動」簽證。

Q 查詢有②短期課程之大學（日本留學資訊網站）

[https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-schools/school\\_search.php](https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-schools/school_search.php)



Q 有沒有向短期留學提供的獎學金？

A 設有以下獎學金。

①日本政府（文部科學省）獎學金 日語・日本文化研修留學生

對象：以就讀於大學的院系、學習日語、日本文化的學生為對象的獎學金  
月額：117,000日圓  
洽詢：①就近的駐外日本國公館 ②自己國家的就讀學校

②日本學生支援機構（JASSO）獎學金 海外留學支援制度（協定招收）

對象：透過大學交流協定等赴日的外國留學生，期間為8日至1年內  
月額：80,000日圓  
洽詢單位：學籍所屬大學等

## 2. 確認關於插班就讀・轉校！！

雖多數大學提供插班制度，但實施方式各不相同。

- 不一定每年都有實施。
- 不是每個院系都有實施。
- 已經完成的年數及取得的學分未必能夠直接獲得承認。

插班大學（大學部）需符合以下其中一項條件：

- 修完短期大學（包括海外短期大學）或高等專門學校者
  - 修完符合文部科學大臣標準之專修學校專門課程者
  - 修完文部科學大臣認可之外國大學（相當於短期大學）日本校課程者
  - 修完符合文部科學大臣規定之高中（包括後期中等課程與特教高等部）進修科課程者
- ※各大學對轉學插班之資格及條件有自訂標準。

關於插班入學、轉學相關資訊，公開資料少於一般入學考試，請提早與目標學校聯繫確認。

Q 查詢有插班入學制度之大學（日本留學資訊網站）

[https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-schools/school\\_search.php](https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-schools/school_search.php)



# 高等專門學校

高等專門學校是被稱為「高專（KOSEN）」的高等教育機構。中學畢業後可就讀的5年制學校（商船相關科系為5年半）。外國留學生通常會插班就讀3年級課程，全國共有51所國立高專、55個校區。此外，還有3所公立與4所私立的高專。

## 1. 教育的特徵是？

- 以高度的理論為基礎，重視實驗、實習、實技，掌握世界通用的技術，以應對最新的科學技術、培育能立即應用於實務的技術人員的高等教育機構。
- 大部份學科以工業領域為主，其他也有以培養船員為目的的商船學科等。
- 完成5年課程者，可取得「準學士」的稱號。
- 5年教育課程之上，另設有2年制專攻科。
- 修完專攻科並經大學改革支援・學位授予機構（NIAD-QE）的審查合格，可獲得「學士」學位。

## 3-1. 公費留學的情況

若被日本政府（文部科學省）獎學金錄取為獎學生而赴日留學，請透過自己國家的日本駐外公館申請。請注意，有些國家／地區不辦理相關招生，請務必向自己國家的日本駐外公館確認。

## 3-2. 自費留學的情況

### 1 申請文件

國立高專會透過「國立高等專門學校機構」實施聯合選拔考試，申請文件為統一格式。請在國立高等專門學校機構的官方網站確認。若是申請公立或私立高專，則需參考各校的招生簡章並辦理申請手續。

### 2 入學考試（以國立高專為例）

將綜合評估以下項目以決定錄取與否：

- ①申請文件
- ②高中等學校的畢業（結業）證明書與成績證明書
- ③日本留學試驗（EJU）成績
- ④TOEFL®、IELTS、TOEIC® L&R三者之一的成績
- ⑤面試評估（以線上形式實施）

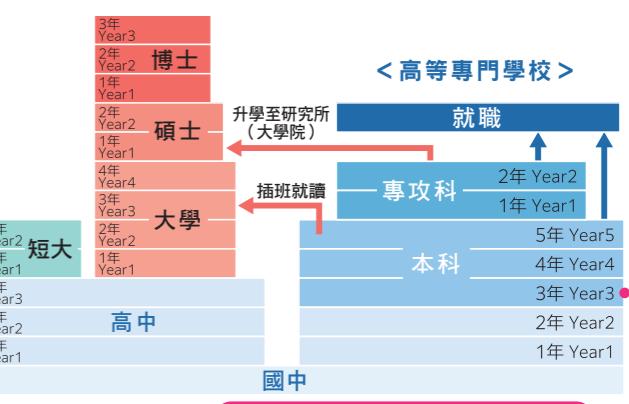
Q 國立高等專門學校機構網頁

<https://www.kosen-k.go.jp/zh-TW/>



## 4. 畢業後的出路

完成高專（本科）課程後，可選擇於企業就業，運用在高專所學得的知識與技術，從事研發、生產管理、生產現場等工作。也可以選擇升學至專攻科或插班編入大學，進一步提升專業知識與技能。畢業生出路相當多元廣泛。



※留學生主要都是插班就讀高專3年級。

# 專門學校（專修學校專門課程）

「專門學校」是高等教育機構之一，指的是設有「專門課程」的專修學校。這類學校以教授職業或實際生活中所需的知識、技術、技能的習得及提升教養為目的。設有「專門士」稱號授予制度的課程，其修業年限需達2年以上；另有可授予「高度專門士」稱號的課程，其修業年限則需達4年以上，旨在習得更高階職業技能。

## 1. 教育的特點是？

專門學校大致可分為以下8大領域：①醫療、②工業・農業、③文化・教養、④商業實務、⑤衛生（營養、烹飪、製菓等）、⑥衛生（美容、美髮等）、⑦教育・社會福祉、⑧服飾・家政

例如，為了從事以下職業所需的技能可在此學習。

室內設計師、建築師、系統工程師、汽車維修技師、護士、營養師、主廚、甜點師、美髮師、公認會計師、口譯／筆譯人員、空服員、飯店人員、保育員、居家照護員、時裝設計師、動畫師、電影導演、演出家、遊戲創作者、珠寶設計師等。

可習得從事工作所需的知識、技能與資格，畢業後也能在日本就業、活躍發展。

## 2. 確認要求的日語能力吧！

專門學校用日語授課，要求具有日語能力。

必須具備以下條件之一。

- ①曾在日本法務大臣所公告之日本語教育機關，或經認證之日本語教育機關就讀一年以上日語課程者
- ②考取公益財團法人日本國際教育支援協會及國際交流基金所合辦的日本語能力試驗（JLPT）N1或N2成績者
- ③接受過日本的國小、國中或高中1年以上的教育者
- ④取得「日本留學試驗（EJU）」（日本語科目（讀解及聽解・聽讀解的總分））200分以上者
- ⑤取得日本漢字能力檢定協會實施的BJT商務日語能力考試400分以上者

## 3. 確認入學資格吧！

必須具備以下其中一項條件。

- ①在日本以外的國家修完學校教育12年課程者
  - ②在日本以外的國家，通過相當於修完12年課程水準的學力認定考試，且年滿18歲者
  - ③在日本修完所指定的相當於外國高中的外國人學校
  - ④在日本國外修畢文部科學大臣所認定的11年以上課程
  - ⑤持有國際Baccalaureate、德國Abitur、法國Baccalaureate資格，或是在GCE A-level考試達到各校所訂定成績者
  - ⑥修完國際評價團體（WASC、CIS、ACSI）所認定的、設置於日本的外國人學校的12年課程
  - ⑦通過高中畢業程度的認定考試，且年滿18歲者
  - ⑧經學校的各別入學資格審查，被認定具有相當於高中畢業者同等或以上學力，且年滿18歲者
  - ⑨具備學校教育法規定的上述以外入學資格中的任何一項條件者
- ※關於①～③，在未修完12年課程的情況下，需要完成指定的準備教育課程或研習機構所規定的課程等。

[文部科學省／專修學校專門課程（專門學校）之入學資格](https://www.mext.go.jp/content/202209292-mxt_syogai01-000014554_1.pdf)



## 4. 找尋適合自己的學校吧！

### 選擇專門學校的重點

① 正式認可校	是否為已獲得所轄的都道府縣知事許可的學校？未被許可的學校，不能取得「專門士」的稱號。
② 教學內容・教師人數	是可以學習知識與技術的課程嗎？學生人數與教職員人數的比例？
③ 設施・設備	是否備有能習得技術等的設施與設備？
④ 就業指導體制・畢業生的去向	是否有關於就業的支援？畢業生的就業情況如何？是否能從事自己期望的職種？
⑤ 學費・獎學金	畢業前的總花費是多少？是否有獎學金或學費減免制度？



[東京都內專門學校查詢（東京都專修學校各類學校協會）](https://studyintokyo.tsk.or.jp/en/ptc.php)

<https://studyintokyo.tsk.or.jp/en/ptc.php>



[招收留學生的專門學校查詢（職業教育・生涯發展教育基金會）](https://study-japan-ptc.jp/search/index_en.html)

[https://study-japan-ptc.jp/search/index\\_en.html](https://study-japan-ptc.jp/search/index_en.html)



## 5. 確認申請資料吧！

- ①入學申請表格（學校所規定的表格）
- ②高中畢業證明書
- ③最終學校的成績證明書
- ④日語教育機構出席率・成績證明書（日本國內居住者）
- ⑤日語能力證明書（日本國外居住者）
- ⑥其他

每所學校所需的申請文件不盡相同，有時會要求翻譯成日文或英文，詳情請向欲報考學校洽詢。

## 6. 確認入學考試吧！

從①資料審查、②學力檢查、③面試、④作文、⑤適性檢查、⑥實技考試、⑦日語科目考試等中選擇數項組合，作為選考依據。

不論是哪一領域，入學考試都著重於對①目標意識，②入學後上課需用的日語及學力是否足夠應付，③是否有學習的熱忱等，的審查。

## 7. 專門士和高度專門士的不同

	專門士	高度專門士
①畢業年限	2年以上	4年以上
②授課時間	1,700小時以上，須修得62學分以上	3,400小時以上，須修得124學分以上
③結業審定	以考試等成績作評價及修完課程為審定	
④課程編成	—	教育課程的編成須有體系
⑤畢業後的出路	修完可取得「專門士」資格的學科，可申請大學插班入學	修完可取得「高度專門士」資格的學科，則可獲得研究所（大學院）入學資格

[專門學校資訊  
\(職業教育・生涯發展教育基金會\)](https://study-japan-ptc.jp/top_en.html)  
[https://study-japan-ptc.jp/top\\_en.html](https://study-japan-ptc.jp/top_en.html)



# 日語教育機構

這是針對以日語為非母語的人所設立的教授日語的機構。

課程內容依各自學習目的而有所不同，包括：為了升學至日本高等教育機構並具備以日語聽講與撰寫報告能力的課程、學習日常會話及生活所需日語的課程、以及為在日本工作而學習必要日語的課程等。

在日本的大學等教育機構中，多數課程皆以日語授課。為了能夠跟上課程內容，通常須具備相當於「日本語教育參照架構」(※1) B2 等級以上的日語能力，也就是日本語能力試驗 N1 或 N2 程度的實力。據說這相當於學習 700 至 1070 小時以上的水準。

※1 文部科學省參考歐洲語言共同參考架構 (CEFR)，制定出「日本語教育的參照架構」，將日語能力分為六個熟練度等級 (A1 ~ C2) 等。

## 1. 確認種類和數量吧！

有三種主要類型的機構可以學習日語。

### 1. 日本語學校

由學校法人或股份有限公司等設立的學校。不僅可學習基本日語，也提供升學課程、商業日語課程等多元課程。學習期間從數週的短期課程到最長兩年不等。

### 2. 專修學校日語科

由各都道府縣知事認可設立的專修學校所設置。不僅可學習基本日語，也設有升學課程。學習期間為 1 年至 2 年。

### 3. 私立大學・短期大學留學生別科

由大學設立的「別科」(為實施特殊技能教育設置的課程)，其中以外國留學生為對象的教育課程，通稱為「留學生別科」。包括護理別科、國際別科、日語別科等，學習內容依學校而異。多數留學生別科提供升學所需之日語教育、基礎科目、日本文化等學習。學習期間為 1 年至 2 年。

## 2. 確認申請、入學期間吧！

春季(4月)入學	秋季(10月)入學	
4月～9月	10月～2月	索取申請書、準備文件
9月～11月	2月～4月	申請期間
1月～3月	7月～9月	入國手續、入學手續
4月	10月	課程開始

※有部分日本語學校設有 1 月、7 月開課的課程。  
※大學的留學生別科秋季入學時間可能為 9 月。

### ●準備教育課程

為進入日本的大學等就讀，需完成正規學校教育的 12 年課程。若自己國家的中等教育修完期間未達 12 年，可透過完成文部科學省指定的「準備教育課程」取得報考資格 (詳見日本教育制度 P.9)。「準備教育課程」除日語外，也教授大學入學所需的基礎科目。設置「準備教育課程」的日語教育機構可於文部科學省網站查詢。

### i 文部科學大臣指定「準備教育課程」一覽表

<https://www.mext.go.jp/en/policy/education/highered/title02/detail02/sdetail02/1395421.html>



## 3. 確認申請資料吧！

以下為基本必要文件。各校所需文件與入學資格可能有所不同，請洽詢志願學校。除文件審查外，也可能要進行面試或筆試。

- ① 入學申請書、履歷書 (學校指定格式)
- ② 最高學歷之畢業 (預計畢業) 證明
- ③ 最高學歷之成績單
- ④ 經費支付能力證明
- ⑤ 其他



### 重點建議 可以轉學嗎？

在日語教育機構轉學並不簡單。看學校網頁及學校簡介・學校要覽、直接詢問在校生及畢業生的意見、確實地進行資訊收集、慎重地選擇學校吧。

## 4. 找尋適合自己的學校吧！

選擇日語教育機構時，請確認是否為獲文部科學大臣認定的「認定日語教育機構」。文部科學大臣將符合一定條件並能適正執行教育的機構認定為「認定日語教育機構」。在日本，學生能以「留學」的在留資格專門接受日語教育的，僅限於設有以留學為目的的課程，且獲得「認定日語教育機構」的日語教育機構 (※2)。此外，「認定日語教育機構」也可能設於專修學校學科或大學留學生別科內。

※2 至 2029 年 3 月前，即使非認定機構如法務大臣公告之日語教育機構、未被認定之專修學校日語科、大學・短期大學留學生別科等，仍可持「留學」簽證就讀日語課程。

### 提供檢索日語教育機構的網站

#### i 文部科學省 日語教育機構認定法門戶網站

<https://www.nihongokyouiku.mext.go.jp/top>



#### i 一般社團法人 日本語教育振興協會

[https://www.nisshinkyo.org/search/index\\_c2.html](https://www.nisshinkyo.org/search/index_c2.html)



#### i 法務省公告機構一覽

[https://www.moj.go.jp/isa/applications/resources/nyuukukanri07\\_00217.html](https://www.moj.go.jp/isa/applications/resources/nyuukukanri07_00217.html)



#### i 一般社團法人 全國日本語學校聯合會 (JaLSA)

<https://jalsa.tokyo>



### 日語教育機構選擇的要點！

① 學習目的	是否為符合自己學習目的的課程？
② 留學簽證	是否為文部科學大臣認可之日語教育機構 (或為法務省公告學校)？
③ 班級構成	是否按照學生的日語能力分班？1 個班級的人數是多少？
④ 學生的國籍構成比例	來自漢字圈的學生多嗎？是否對非漢字圈的學生有關照措施呢？
⑤ 考試對策	是否實施日本留學試驗 (EJU) 或者日本語能力試驗 (JLPT) 對策課程？是否講授基礎科目 (英語、數學、理科、世界史、地理等)？
⑥ 升學指導與生活諮詢	是否會給予出路、升學指導或提供生活方面的諮詢？
⑦ 畢業生去向	畢業生多數升學至哪些學校？
⑧ 學費等	是否與授課時數、設備相符？網站或招生簡章是否清楚列出退費規定？
⑨ 入學考試	只需資料審查嗎？是否要與保證人或在日聯絡人面試？是否在日本以外的國家進行甄選？
⑩ 學校所在地	是在大城市還是中小城市？是否能適應當地的氣候？
⑪ 住宿	是否有學生宿舍？是否協助介紹住宿？

# 日本留學試驗 (EJU)



日本留學試驗 (EJU) 是測試欲以留學生身份進入日本大學（大學部）等之學生的日語能力與基礎學力（理科、綜合科目、數學）的考試。

超過60%的日本大學（幾乎所有國立大學）都在入學選考時採用EJU成績。

各大學或各學部可能有不同的入學考試，或提供多種入學考試方式。請儘早確認所希望學部的入學方式與準備內容。以下網站提供使用 EJU 的學校名單與申請所需科目資訊。

使用日本留學試驗 (EJU) 進行入學選拔的學校一覽  
<https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/eju/examinee/use/index.html>

## 3. 科目為何？

選擇志願學校指定的1~3科目與出題語言。理科與綜合科目不可同時選。

科目	目的	時間	得分範圍	科目選擇	出題語言
日本語	是測試可應對日本的大學授課的日語能力（日式學術用語）。	125分	讀解、聽解·聽讀解 0~400分 記述 0~50分		僅日語
基礎學力	是測試可應對日本的大學理學系理科（物理、化學、生物）授課的基本學力。	80分	0~200分	物理·化學·生物，選兩科	出題語言： 可選擇 日語或 英語
	是測試可應對日本的大學社會學系的基本學力，特別是思考力、理論能力。	80分	0~200分		
	是測試可應對日本的大學必要的數學基礎學力。	80分	0~200分	Course 1（社會學系及需用數學程度較少的理學系用）、Course 2（需要高度數學的學系用）之中選擇一項	

\* 綜合科目為EJU特有科目，涵蓋日本高中課程的「公民（政治·經濟等）」、「地理」、「歷史」等內容。

### (例) A大學招生辦法 (指定EJU考試科目)

院系等	日本語	綜合科目	數學	理科			基礎學力 出題語言	成績利用
				物理	化學	生物		
法學系	○	○	Course 1				日語	6月、11月考試成績
工學系			Course 2	○		自由選擇 其他1科作答	英語	6月考試成績

## 4. 確認日程吧！

	第1次	第2次	
① 報名期間	2 ~ 3月	7月	考生須於報名期間內，依規定方式 <sup>※1</sup> 報名並繳交報名費。 (報名期間每年都會有所更改，敬請向有關單位確認)。
② 領取准考證	5月	10月	准考證將寄發至考生處。 <sup>※2</sup>
③ 考試日期	6月	11月	考試。
④ 成績公布	7月	12月	可於網站查詢。 ※學校將直接向JASSO查詢考生EJU成績。

※1 依考區不同，可能採郵寄或線上報名。詳情請參考以下網站。

※2 有些國家會於報名時直接發放准考證。

### EJU報名方式

<https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/eju/examinee/procedure/application.html>



## 5. 確認 EJU 的特點吧！

### ①獎學金預約制度

在EJU中取得優秀的成績，作為正式生入學日本的大學（大學部）、短期大學、高等專門學校（第3學年以上）或專門學校的自費外國留學生，可以進行JASSO的獎學金「文部科學省自費外國人留學生學習獎勵費（留學生招收推廣計劃預約制度）」的支付預約。

金額：月額48,000日圓（2024年度）

申請方法：於報名EJU時按規定方法提出申請

選拔方法：從EJU成績優秀者中選拔

### i 留學生招收促進計畫 奬學金預約制度

[https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/scholarship\\_j/shoreihi/yojaku\\_eju/index.html](https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/scholarship_j/shoreihi/yojaku_eju/index.html)



### ②無年齡與報考資格限制！成績有效期為兩年！

EJU可反覆多次應試，無年齡限制。成績有效期為兩年（最多可使用過去4次的成績），但一所學校僅能提交其中一次成績，亦不可針對不同科目提交不同次的成績。有些學校會指定EJU考試年度與月份，請務必確認招生簡章。

### ③赴日前入學許可制度

有些學校採用EJU成績，可於赴日前即發給入學許可。

### i 採用EJU進行赴日前入學許可的學校名單

<https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/eju/examinee/prearrival/index.html>



## 6. 練習 EJU 考古題！

### i 考古題樣本

[https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/eju/examinee/pastpaper\\_sample/index.html](https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/eju/examinee/pastpaper_sample/index.html)



### ●日本留學試驗 (EJU) 考題 — 含聽解·聽讀解音檔

過去曾出現過的考古題。  
著作·編輯：JASSO  
出版：株式會社凡人社  
(在日本及韓國販售)  
※可在促進赴日留學資訊處閱覽相關刊物  
(詳見P.44)。



## 諮詢·有關日本留學試驗

### i 日本留學試驗 (EJU)

<https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/eju/>



### i 日本海外應試諮詢

<https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/eju/examinee/contact/index.html>  
[聯絡各海外試場機構]



### i 日本國內應試諮詢

日本留學試驗 (EJU) 受理中心  
[https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/eju/about/1199658\\_3677.html](https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/eju/about/1199658_3677.html)



### i 日本留學試驗考生心聲

<https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/eju/examinee/voice/index.html>



# 日本留學採用的各種考試

請確認欲報考之學校的招生簡章，參加指定的考試。

## 1. 日本語能力試驗 (JLPT)

以日語為非母語者為對象，目的在測定及認定日語能力的考試。日本國內外都在7月和12月實施。

日本語能力試驗 (JLPT) 分為N1、N2、N3、N4、N5共五個等級，其中N1為最高級別。N1表示能理解廣泛生活場景中所使用的日語。若要在日本的大學或專門學校等以日語進行學習，通常必須達到N1或N2的程度。

### ① 日本國內實施

公益財團法人 日本國際教育支援協會 (JEES)  
(日本語能力試驗受理中心／平日9:30~17:30)  
TEL : (+81) 3-6686-2974

 日本語能力試驗 (JLPT) 日本國內應試用  
<https://info.jees-jlpt.jp/#>

### ② 日本國外實施

獨立行政法人 國際交流基金  
FAX : (+81) 3-5367-1025

 日本語能力試驗 (JLPT)  
<https://www.jlpt.jp/tw/index.cgi>



## 2. 大學入學共通測驗

希望進入日本的國公立大學及部分私立大學（大學部）的日本籍學生需應考本測驗。為了廣泛評估基礎學力，每年一次的測驗涵蓋國語、地理歷史、公民、數學、理科（物理、化學、生物等）、外語（英語、中文、韓語等）等科目。

雖然大部分日本大學對外國留學生不要求參加此考試，但部分大學部（主要為醫學部、牙醫學部）在申請時會要求參加。

 大學入學共通測驗（獨立行政法人 大學入試中心）

<https://www.dnc.ac.jp/kyotsu/>



## 3. 日本留學採用的其他考試

### ● 證明英語能力的考試

TOEFL®、IELTS、TOEIC®、實用技能英語檢定（英檢）

### ● 可證明已完成中等教育（高中等）學力的文件

SAT、ACT、International Baccalaureate Exams、  
自己國家的大學入學統一考試等的成績

### 重點建議

日本多數大學在申請時要求提交英語能力證明。  
請提前確認考試日程並應試，以便能在申請時提交成績。



# 為促進日本留學之海外聯絡網機能強化事業

日本文部科學省於全球設置日本留學海外據點，以宣揚日本留學魅力。各個區域由下列大學受託推動「為促進日本留學之海外聯絡網機能強化事業」，進行發佈訊息、舉辦留學展及學校拜訪、協助招募優秀學生；從招生、留學到返國後的後續支援，實施一體化推廣活動。

### 中東・北非地區：九州大學

阿富汗、葉門、以色列、伊拉克、伊朗、  
阿曼、卡達、科威特、沙烏地阿拉伯、  
阿拉伯聯合大公國、敘利亞、土耳其、  
巴林、巴勒斯坦、約旦、黎巴嫩、  
阿爾及利亞、埃及、突尼西亞、  
摩洛哥、利比亞

<https://jmena.jp/>



### CIS (中亞及高加索) 地區：筑波大學

烏茲別克、哈薩克、吉爾吉斯、塔吉克、土庫曼、  
白俄羅斯、摩爾多瓦、亞塞拜然、亞美尼亞、喬治亞

### 東南亞 (ASEAN) 地區：岡山大學

印尼、馬來西亞、緬甸、泰國、柬埔寨、  
寮國、越南、菲律賓、新加坡、汶萊

<https://studyinjapan-asean.jp/index.php?lg=en&page=>



### 南亞地區：東京大學

印度、斯里蘭卡、尼泊爾、巴基斯坦、  
孟加拉、不丹、馬爾地夫

<https://www.studyinjapan.go.jp/en/>



### 非洲 (撒哈拉以南)：秋田大學

南非、肯亞、奈及利亞、波札那、迦納、坦尚尼亞、烏干達、  
盧安達、尚比亞、衣索比亞、象牙海岸、辛巴威、塞內加爾、  
莫三比克、馬達加斯加

<https://www.studyinjapanforafrica.com/about-us/contact-us/>



### 南美地區：筑波大學

阿根廷、烏拉圭、厄瓜多、蓋亞那、哥倫比亞、  
蘇利南、智利、巴拉圭、巴西、委內瑞拉、  
祕魯、玻利維亞

<https://www.estudenojapao.com/en>



# 入境手續

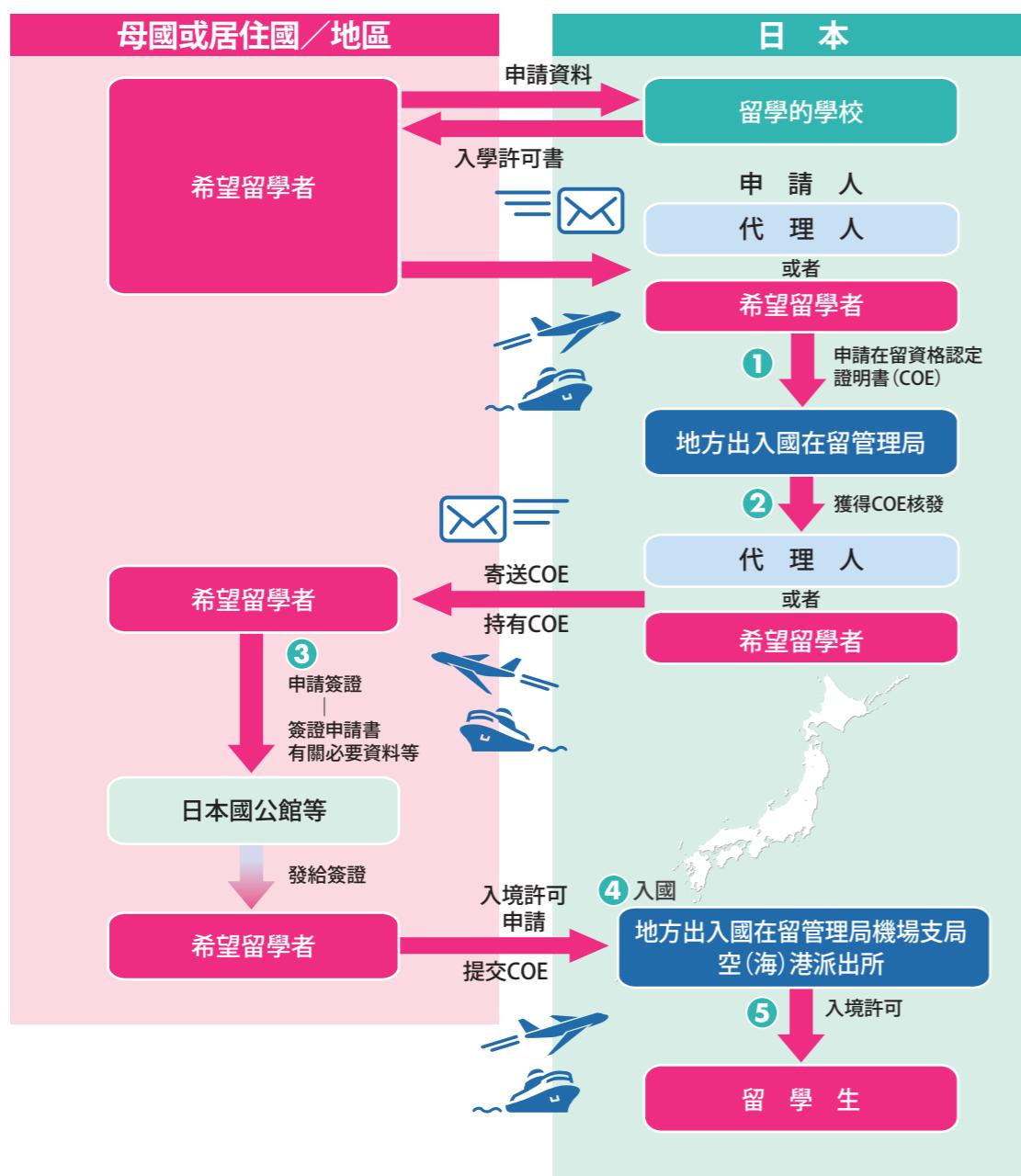
法務省 出入國在留管理局 <http://www.moj.go.jp/isa/index.html>



## 簽證 (VISA) 與在留資格

為了入境日本，須事先根據入境目的申請並取得簽證 (VISA)。此外，根據外國人來日的目的、身份或地位會決定其「在留資格」。

為在日本的大學、短期大學、高等專門學校、專門學校、日語教育機構等學習的居留資格為「留學」。留學的居留期間為4年3個月、4年、3年3個月、3年、2年3個月、2年、1年3個月、1年、6個月或是3個月。



## 1. 申請在留資格認定證明書 (COE)

「在留資格認定證明書 (COE)」由希望留學的本人 (申請人) 或代理人 (申請人的親屬或者接收留學的教育機構的職員等) 向日本國內的地方出入國在留管理局提出申請。

※多數情況下，申請由招收的教育機構代為辦理。

※所需文件請洽詢學校。

## 2. 證明支付在日本居留經費能力的資料

申請在留資格認定證明書 (COE)、簽證等時，可能會要求提交可證明你在日本留學期間之經費已充分準備的證明文件。

- 所需文件… 經費支付者 (留學者本人或監護人) 的存款餘額證明書、過去幾年的收入證明書、課稅證明書等。

## 3. 申請簽證 (VISA)

獲得在留資格認定證明書 (COE) 後，請於母國或居住國／地區的日本大使館等處申請簽證。

- 所需文件… ① 護照  
② 簽證申請表  
③ 相片  
④ 在留資格認定證明書 (COE) ※影本亦可  
⑤ 其他

## 4. 進入日本

入境時需提交以下文件：

- 所需文件… ① 護照  
② 日本大使館等簽發的簽證  
③ 在留資格認定證明書 (COE)  
(如已核發) ※影本亦可

## 5. 居留卡

對於居留期限超過3個月的外國人，將發放「居留卡 (RESIDENCE CARD)」。居留卡必須隨時攜帶。

### 【居留卡的發放】

從新千歲機場、成田機場、羽田機場、中部機場、關西機場、廣島機場、福岡機場入境時：

在日本機場入境檢查的時候，護照上會貼上「上陸許可」的證明貼紙，並拿到在留卡，確定留日期間的居住地後，要在14天以內帶著在留卡前往居住地的市區町村役所辦理相關手續。

由上列機場以外之處入境時：

在日本機場入境檢查的時候，護照上會貼上「上陸許可」的證明貼紙，並且印上「在留卡後日交付」的字樣，確定留日期間的居住地後，要在14天以內帶著印有字樣的護照前往居住地的市區町村役所辦理住民登記手續，完成後在留卡就會寄到居住地址。



在留卡

## 6. My Number (個人編號)

My Number 是在日本完成住民登記者皆會被賦予的一組 12 位數編號，每人一組。此編號與在留卡上所列的 12 位數號碼不同。於住所地的市區町村役所窗口進行住民登記後，將會收到「個人編號通知書」。此通知書無法作為 My Number 的證明或身分證明使用，請於收到「個人編號通知書」後申請「My Number 卡 (個人編號卡)」。

My Number 卡可作為 My Number 的證明文件或官方身分證明使用。其申請方式包含郵寄、手機或電腦等線上申請。

辦理行政手續、打工、或向銀行領取或匯出海外款項時，也可能需提交 My Number 卡。



通知卡

## 7. 赴日應試手續

若因應試而必要赴日，須於赴日前持考試學校發行的准考證，至日本大使館等辦理「短期停留」簽證。可停留時間為 15 日、30 日或 90 日。但若屬免簽證國家者，則無需申請簽證。

※原則上，錄取後需回國並重新申請在留資格「留學」之簽證。

## 9. 暫時回國手續

留學生短期回國或是去其他國家時，需在出境前至地方出入國在留管理局等（在主要機場內也有），申請再入國許可。但是，持有有效的護照及居留卡者，經再入境許可出境（出境日起 1 年以內或居留期間到期日在出境日起 1 年內、居留期間到期之前重新入境）的情況，出境前無須至地方出入國在留管理局等取得再入境許可。

## 8. 資格外活動許可

「留學」的居留資格是專為留學生在日本的學校接受教育而設的，並不允許從事任何工作。但是，如果在地方出入國在留管理局等辦理手續，獲得「資格外活動許可」，則可進行課外兼職（參照 P.38）。

※ 初次入境且持「留學」在留資格且停留期間超過 3 個月者，可於入境時（如機場）同時申請「資格外活動許可」。

※ 若來日後才申請「資格外活動許可」，需至地方出入國在留管理局辦理。

## 10. 居留期限的更新

超過入境時規定的居留期限仍繼續居留時，必須到地方出入國在留管理局等申請居留期間更新的許可（通常自期滿前的 3 個月左右開始受理）。如超過居留期限而非法停留，將會受到處罰或者被強制遣送回國。



忘了更新變成違法滯留的話，會被退學且無法領取獎學金。

再入國出國用ED卡

## 11. 居留資格的更換

如要停止現行活動「留學」，而從事其他資格以外的活動（就業等）時，必須向地方出入國在留管理局等申請居留資格更換許可。



如未取得更換資格許可，從事有收入的事業活動、有酬勞的活動時，將會被懲罰或被強制遣送回國。

## 12. 取消居留資格

如申請者所呈報的活動、履歷或資料屬虛假時，其居留資格將被取消。



即使有「留學」的居留資格，但如果不上學而去工作等情況，除非有正當的理由，否則其居留資格也會被取消。

## 13. 申請家屬前往日本

以「留學」的居留資格，在大學等教育機構接受教育者，所扶養的配偶或子女可申請「家屬滯在」的居留資格，在日本居住。在習慣日本的生活，並準備好經濟上或其他問題之後，才把家屬接來日本吧。



以「短期滯在 (Temporary visitor)」簽證（通稱「觀光簽證」）入國的家屬，在日本國內要申請更換成「家屬滯在 (Dependent)」的居留資格是很困難的，請留意。

## 14. 向出入國在留管理廳及市區町村役所之申報與申請

以下情況請立刻申報或申請

### ・地方出入國在留管理官署

當姓名、性別、出生日期、國籍／地區等變更，或遺失／損壞在留卡，或轉學、升學、畢業、退學時，需辦理申報或申請。

### ・市區町村役所

居住地變更及留學結束回國時。



出境時，請務必在出示居留卡的同時，在「再入國出國用ED卡」的指定欄裡打勾。

# 留學所需費用

在留學前，就要具體計算第一年所需的全部留學費用，並建立包含自有資金的完整資金規劃，這將有助於日後在日的穩定生活。請不要過度依賴獎學金或課外兼職收入，應合理預估所需經費預算，以避免不切實際的留學計劃。

		預計費用 (國立4年制大學)	來計算你的 所需花費吧！
報考前的 必要經費	各種考試的報考費 EJU、JLPT、TOEFL® 等	¥38,000	國內報考2次EJU的情況 (2科目以上)
	欲報考之學校的入學考試審定費	¥17,000	報考1次國立大學的情況
	體檢費 (部分學校)	¥6,000	各國有所不同
	報考資料的郵寄費用 (部分學校)	¥2,000	各國有所不同
為了參加 入學考試的經費	機票費與旅費 (僅在赴日前入學以外的情況才需要)	¥100,000	各國有所不同
	護照申請費	¥12,000	各國有所不同
	簽證手續費	¥3,000	各國有所不同
決定入學之後 需要的經費	出國費用	¥70,000	各國有所不同
	停留費用 (確定住處之前的旅館等住宿費)	¥30,000	視停留日程長短有所不同
	註冊費	¥282,000	國立大學 (部分除外)
	初年度的學費等	¥535,800	國立大學 (部分除外)
	通學交通費	¥48,000	
	餐飲費	¥384,000	
	住宿費	¥492,000	
	水電費 (電費・瓦斯費・水費)	¥96,000	
	保險・醫療費	¥36,000	
	興趣・娛樂費	¥96,000	
	其他費用	¥108,000	
	合計	¥2,355,800	

根據2023年度自費外國人  
留學生生活實態調查，計算  
12個月的數據

# 生活費、物價

## 1. 確認物價吧！

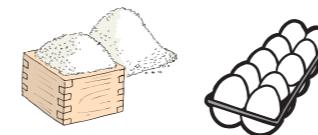
以下為主要商品的價格

米 (5kg)	2,650日圓	(16.8美元)
吐司麵包 (1kg)	511日圓	(3.2美元)
牛奶 (1,000ml)	253日圓	(1.6美元)
雞蛋 (10個)	264日圓	(1.7美元)
蘋果 (1kg)	1,039日圓	(6.6美元)
高麗菜 (1kg)	178日圓	(1.1美元)



碳酸飲料 (1公升寶特瓶)	236日圓	(1.5美元)
漢堡	233日圓	(1.5美元)
汽油 (1公升)	176日圓	(1.1美元)
衛生紙 (1,000公尺)	799日圓	(5.1美元)
剪髮費	3,737日圓	(23.7美元)
計程車 (4公里)	1,693日圓	(10.7美元)

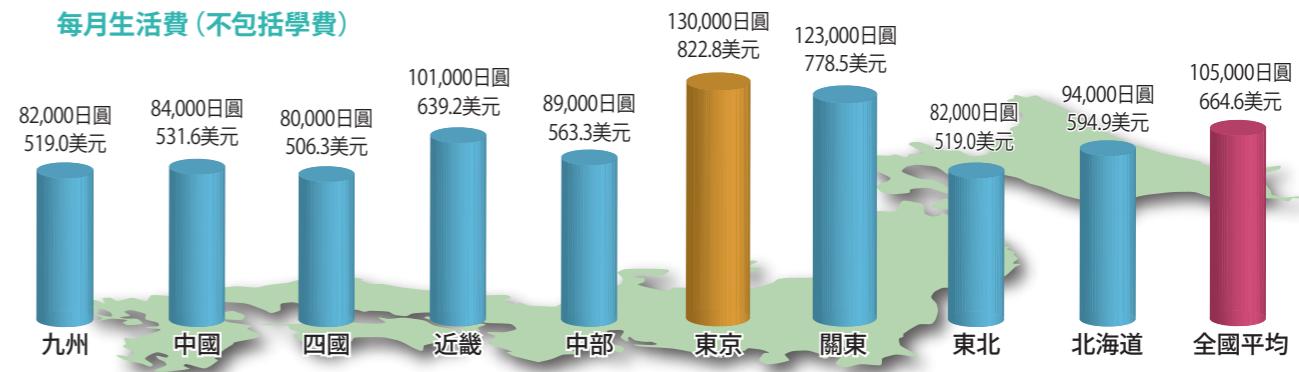
資料來源：「政府統計綜合窗口」  
以1美元=158日圓計算



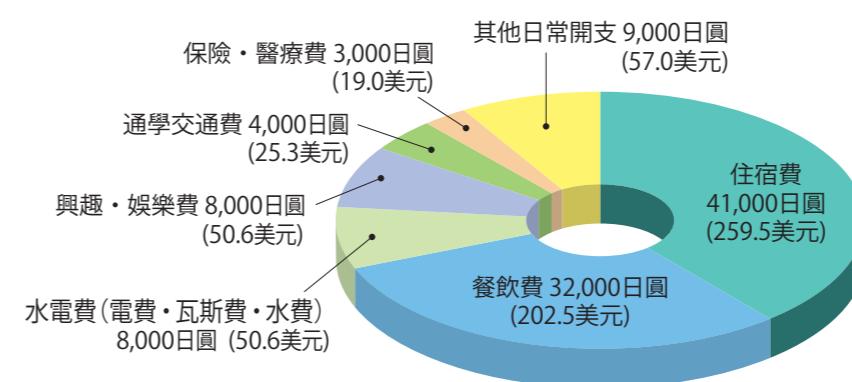
## 2. 確認生活費吧！

外國留學生1個月的生活費 (不包括學費) 如下。大城市的生活費要比其他中小城市來得高。

### 每月生活費 (不包括學費)



### 每月支出項目明細 (不包括學費) (全國平均)



### 居住地區別 住宿費

	日圓	美元
全國平均	41,000	259.5
北海道	34,000	215.2
東北	26,000	164.6
關東	51,000	322.8
東京	57,000	360.8
中部	30,000	189.9
近畿	40,000	253.2
中國	26,000	164.6
四國	27,000	170.9
九州	29,000	183.5

資料來源：「2023年度自費外國人留學生生活實態調查」  
(JASSO)

# 學費

日本學校的學費與美國、英國的大學相比並不算高。日本大學部 1 年的註冊費與學費總計，國立大學約為 82 萬日圓（5,200 美元）左右<sup>\*</sup>，公立大學約為 91 萬日圓（5,800 美元）左右，私立大學則從 114 萬日圓（7,200 美元）至 164 萬日圓（10,400 美元）左右（醫學、牙醫、藥學系除外）。此外，也有獎學金制度及學費減免制度。

第一學年的學費包括註冊費、學費、設施與設備費等。其中，註冊費僅於第一學年繳納。

\* 部分國立大學除外

## 第一學年平均學費（以 1 美元 = 158 日圓計算）

### ●研究所（大學院）

	註冊費（僅第一年）	學費等		第一年合計		畢業為止的總金額 <sup>*1</sup>	
		日圓	日圓	日圓	美元	日圓	美元
國立（碩士課程）	282,000	535,800	817,800	5,176	1,353,600	8,567	
公立（碩士課程）	364,864	536,789	901,653	5,707	1,438,442	9,104	
私立（碩士課程）	藝術 224,531 工學 200,251 保健 229,022 理學 195,731 農學・獸醫學 212,466 藥學 195,545 家政 225,459 教養 206,152 社會科學 197,938 醫學 186,326 人文科學 196,450 國立（博士課程） 282,000 公立（博士課程） 364,864 私立（博士課程）	224,531 200,251 229,022 195,731 212,466 195,545 225,459 206,152 197,938 186,326 196,450 282,000 364,864 247,241 182,994 保健 238,450 理學 199,209 農學・獸醫學 212,376 藥學 187,239 家政 213,434 教養 216,720 社會科學 193,934 醫學 168,127 牙醫 232,075 人文科學 196,341	1,215,974 971,940 836,175 888,895 808,128 831,007 727,851 711,706 878,368 676,568 650,254 535,800 536,789 1,112,056 774,368 796,220 750,809 811,982 683,492 721,730 632,590 611,798 531,026 669,670 575,525	1,440,505 1,172,191 1,065,197 1,084,626 1,020,594 1,026,552 953,310 917,858 1,076,306 862,894 846,704 817,800 901,653 1,359,297 957,362 1,034,670 950,018 1,024,358 870,731 721,730 935,164 849,310 805,732 699,153 901,745 771,866	9,117 7,419 6,742 6,865 6,459 6,497 6,034 5,809 6,812 5,461 5,359 5,176 5,707 1,975,231 8,603 3,583,409 6,059 6,549 6,013 2,451,636 6,483 5,511 5,919 5,375 5,100 4,425 5,707 4,885	2,656,479 2,144,131 1,901,372 1,973,521 1,828,722 1,857,559 1,681,161 1,629,564 1,954,674 1,539,462 1,496,958 1,889,400 1,975,231 22,680 2,506,098 2,627,110 2,451,636 2,648,322 2,237,715 2,378,624 2,114,490 2,029,328 1,761,205 2,241,085 1,922,916	16,813 13,570 12,034 12,491 11,574 11,757 10,640 10,314 12,371 9,743 9,474 11,958 12,501 22,680 15,861 16,627 15,517 16,762 14,163 15,055 13,383 12,844 11,147 14,184 12,170

\*1 畢業前的總費用：碩士課程以註冊費加上兩年分的學費等計算；博士課程則以註冊費加上三年分的學費等計算。

除此之外，可能還需負擔設施設備費、研究費等其他費用。

### ●大學（大學部）

大學（大學部）	註冊費（僅第一年）	學費等		第一年合計		畢業為止的總金額 <sup>*2</sup>	
		日圓	日圓	日圓	美元	日圓	美元
國立	282,000	535,800	817,800	5,176	2,425,200	15,349	
公立	374,371	536,191	910,562	5,763	2,519,135	15,944	
私立	醫學 1,360,098 牙醫 594,849 藥學 332,681 藝術 239,945 保健 262,142 理學・工學 223,534 農學・獸醫學 250,752 體育 240,072 家政 240,020 文學・教育學 223,686 社會福祉 218,549 法學・商學・經濟 224,364 神學・佛教 220,745	3,719,336 3,786,859 1,743,389 1,401,501 1,239,657 1,257,556 1,233,014 1,065,553 1,257,113 987,335 1,182,365 1,184,403 923,350	5,079,434 4,381,708 2,076,070 1,641,446 1,501,799 1,481,090 1,483,766 1,305,625 7,956 1,211,021 7,483 7,496 1,144,095	32,148 27,732 13,140 10,793,015 9,505 9,374 9,391 8,263 4,308,392	23,676,114 23,316,003 10,793,015 5,845,949 5,220,770 5,253,758 5,182,808 4,502,284 27,268	149,849 147,570 68,310 37,000 33,043 33,252 32,803 28,495 27,268	

\*2 私立的大學醫學、牙醫學、藥學，是以註冊費與6年分的學費等進行計算，其餘科系則以註冊費與4年分的學費等進行計算。

此外，可能還需要設施設備費、研究費等其他費用。

### ●短期大學

短期大學	註冊費（僅第一年）		學費等		初年度合計		畢業為止的總金額 <sup>*3</sup>	
	日圓	日圓	日圓	美元	日圓	美元	日圓	美元
公立	225,050		377,357		602,407	3,813	979,764	6,201
私立	人文科學 229,898 社會科學 225,124 理學・農學 207,714 工學 215,527 教育・保育 242,064 家政 243,106 藝術 233,376 體育 230,000 其他 227,091	879,861 884,953 937,000 1,056,728 1,144,714 1,272,255 8,052 886,843 1,148,037 980,000 896,639	1,109,759 1,110,077 1,144,714 1,272,255 1,272,255 1,272,255 1,272,255 1,272,255 1,381,413 1,210,000 1,123,730	7,024 7,026 7,245 8,052 8,052 8,052 8,052 8,052 8,743 7,658 7,112	1,989,620 1,995,030 12,627 13,175 2,081,714 2,328,983 14,740 1,957,582 12,390 2,016,792 12,765 2,020,369	12,593 12,627 13,175 14,740 14,740 14,740 14,740 14,740 16,009 13,861 12,787		

\*3 以註冊費及2年分學費計算，另有設施及研究費等可能額外產生。

### ●高等專門學校

高等專門學校	註冊費（僅第一年）		學費等 <sup>*4</sup>		初年度合計		畢業為止的總費用 <sup>*5</sup>	
	日圓	日圓	日圓	美元	日圓	美元	日圓	美元
國立	84,600		234,600		319,200	2,020	788,400	4,990

\*4 若符合條件，三年級學生可獲高等學校等就學支援金。 \*5 以註冊費加三年分學費等費用計算。

### ●專門學校

專門學校	註冊費（僅第一年）		學費等		初年度合計		畢業為止的總費用 <sup>*6</sup>	
	日圓	日圓	日圓	美元	日圓	美元	日圓	美元
私立	工業 209,000 農業 163,000 醫療 269,000 衛生 150,000 教育・社會福祉 149,000 商業實務 126,000 服飾・家政 199,000 文化・教養 152,000	1,104,000 982,000 1,244,000 1,331,000 1,481,000 1,037,000 1,045,000 960,000 1,064,000	1,3					

# 獎學金

很少有可支付留學所有費用的獎學金，比較多的是用來支付生活費及一部份學費的獎學金。所以，不能僅依靠獎學金，必須具體計算留學費用的總額，設立包含自有資金在內的可靠資金計劃。

## 來看看有哪些獎學金可以申請！

### 1. 日本政府(文部科學省)獎學金

日本政府(文部科學省)自1954年起，提供國費支援外國留學生。由外務省(日本駐外公館)或透過日本的大學招募留學生。

### 2. 日本學生支援機構(JASSO)獎學金

JASSO提供兩種獎學金：「文部科學省外國人留學生學習獎勵費」、「海外留學支援制度(協定招收)獎學金」。

### 3. 地方政府及國際交流團體獎學金

日本的地方政府及國際交流相關團體，提供給居住於當地或就讀於當地學校的學生獎學金。

### 4. 民間獎學團體獎學金

民間企業和民間獎學團體提供的獎學金。依據企業或團體宗旨、特性，可能限定專攻領域或特定國家、區域的學生。

### 5. 赴日前申請的獎學金

大多獎學金須赴日後才能申請，但部分地方政府、民間機構提供可從國外申請的獎學金制度。



除了獎學金以外，部分學校提供學費減免制度，如30%、50%、100%免除等。

## 來了解適用的就學階段與提供團體數！

### 確認申請條件吧！

有指定①年齡、②出身國家・地區、③日本的在學學校、④專業領域等。



以留學生為對象的獎學金，在申請的時候，多會要求居留資格為「留學」。

### 確認審查甄選方式吧！

以書面審查為主，但有時也會規定要面試審查及通識教育或是專業領域的知識及語學等的筆試。

### 確認報名的方法吧！

大部分是透過目前在學中的學校來報名(詳細內容請向學校的留學生負責窗口確認)。

資料來源：日本學生支援機構

## 赴日前可在日本國外申請的獎學金

種類	對象或支給團體數	每月金額(日圓)	每月金額(美元)	洽詢處
日本政府(文部科學省) 獎學金 <sup>1</sup>	Young Leaders' Program (YLP) 留學生	242,000	1,532	母國的日本駐外公館、 學籍所在學校 <sup>2</sup>
	研究留學生(非正規生)	143,000	905	
	研究留學生(碩士課程)	144,000	911	
	研究留學生(博士課程)	145,000	918	
	教員研修留學生	143,000	905	
	大學(大學部)留學生/高等專門學校留學生/ 專修學校留學生/日語・日本文化研修留學生	117,000	741	
文部科學省外國人留學生 學習獎勵費 (留學生招收推廣計劃 預約制度)	以日本留學試驗(EJU)成績優異、作為正式學生新 進入日本的大學(大學部)、短期大學、高等專門學校 (第3學年以上)或專門學校的自費外國留學生 為對象的獎學金	48,000	304	日本學生支援機構 (JASSO) <sup>3</sup>
地方政府或民間團體等 的獎學金	15機構	60,000~ 210,000	380~ 1,329	各地方自治體或民間團體 <sup>4</sup>
學校獨自的獎學金、學費 減免制度	—	—	—	將就讀的學校

\* 1 根據就學或研究的地區，獎學金金額可能會有所增加。

\* 2 在部分國家，由居住國的政府機關擔任受理窗口。

\* 3 [https://www.jasso.go.jp/en/yugaku/scholarship\\_j/shoreihi/yoyaku\\_eju/index.html](https://www.jasso.go.jp/en/yugaku/scholarship_j/shoreihi/yoyaku_eju/index.html)

\* 4 是否能在赴日前獲得錄取，請向各機構確認。



以1美元=158日圓計算

## 赴日前可在日本國外申請的獎學金(根據大學間交流協定等提供的獎學金)

種類	對象	每月金額(日圓)	每月金額(美元)	洽詢處
海外留學支援制度 (接受協議)	透過大學間交流協議赴日、學習期間為8日至1年內的 留學生。	80,000	506	就讀中的大學

## 赴日後在日本國內申請的獎學金

種類	對象或支給團體數	每月金額(日圓)	每月金額(美元)	洽詢處
文部科學省外國人留學生 學習獎勵費 (留學生招收推廣計劃)	大學院(碩士課程・博士課程)/研究生(大學院程度) /大學學部/短期大學/高等專門學校(第3學年以上) /專修學校專門課程/留學生別科/專攻科/ 預備教育課程	48,000	304	日本國內的就讀學校
	日語教育機構	30,000	190	
地方政府或民間團體 的獎學金	109機構	8,000~ 300,000	51~ 1,899	日本國內的就讀學校或 獎學金團體
學校獨自的獎學金、 學費減免制度	—	—	—	日本國內的就讀學校

## 尋找獎學金、學費減免制度！

i 「日本留學獎學金小冊」(日文版、英文版) 編著：日本學生支援機構(JASSO)

<https://www.studyinjapan.go.jp/tc/planning/brochures/#002>



也可以透過以下網站查詢獎學金資訊。

i 奬學金・學費減免制度查詢(日本留學資訊網)

[https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-scholarships/tuition-reduction\\_search.php](https://www.studyinjapan.go.jp/en/search-for-scholarships/tuition-reduction_search.php)



i 查詢獎學金情報(JAPAN STUDY SUPPORT)

<https://www.jpss.jp/zh-tw/scholarship/>



也有沒在此刊登的獎學金。  
請向學校確認詳情吧。

# 住宿

雖然也有由學校或地方政府營運的宿舍，但約70%的留學生住在民間宿舍、公寓、出租住宅。收到合格通知後，立刻來蒐集住處的資訊吧。資訊蒐集的方法有①學校的留學生負責窗口、②網路、相關資訊雜誌、③想居住地區的房仲業者等。

## 學生宿舍

### 優點

- 與公寓相比較便宜（不需花費押金、禮金及更新費用）
- 部分學生宿舍已備齊家具、家電
- 容易交朋友

### 缺點

- 宿舍的數量有限，並不是提出申請的所有人都能夠入住
- 有門禁或起床時間等規定
- 共用廚房、廁所及浴室



### 重點建議

**住宿的費用(月額)大致標準**  
公寓：依車站的人氣度及離車站的距離、屋齡等，有很大的不同。在偏遠地方3~4萬日圓左右也可找得到，但在東京找公寓時，可以6萬日圓以內做為大致標準。

**注意噪音問題**  
在日本，由於與鄰居的房間距離很近，若在房內發出巨大聲響或喧鬧，可能會引發與鄰居的糾紛。特別是在夜晚應注意音量。

**垃圾的處理**  
在日本對丟垃圾有很嚴格的規定，因為若不遵守，會給附近的鄰居造成困擾。將垃圾分類後按時間放置指定的場所吧。



## 公寓

### 優點

- 能以自己的喜好培養生活步調
- 養成良好金錢觀念

### 缺點

- 大多數需預付押金（幾個月份的房租。有的地區稱為保證金）、禮金、仲介手續費等。大部份必須預付
- 租賃契約的手續繁雜
- 必須從零開始購買家具及家電產品等家庭用品

### 連帶保證人

在日本租用公寓時，一般需要「連帶保證人」。例如你在租用公寓期限內不支付房租、房間設備毀壞而無法繳付維修費等情況下，房東會向「連帶保證人」要求繳付。對於還認識不多日本人的留學生，設有由學校相關人員（機構・教職員）等擔任連帶保證人的制度。不過，視契約內容支付「保證金」，可免除「連帶保證人」的制度。

### ※學生住宅綜合補償

這是由公益財團法人 日本國際教育支援協會營運的、為以防出現火災等意外以及不給居住所需的擔保人造成麻煩的制度。能不能利用該制度，請向在籍的學校或將進入的學校洽詢。

### 尋找租屋處的考量重點

- 需要多少房租、初期費用？
- 離學校多遠及通學時間？
- 房間大小與設備？
- 周圍環境方便與否  
(車站近、購物方便等)？

# 醫療保險、損害保險、互助保險

## 國民健康保險（國保）

在日本，為了減輕醫療費用負擔而設的醫療保險制度。

凡在日本居留三個月以上的外國人，都必須投保「國民健康保險」（國保）。

※ 居留時間不滿3個月的留學生，請先行洽詢就讀學校確認。

### ■ 如何加入

到你所居住地區的市政局辦理手續。

### ■ 保險費

通常為每年2萬日圓左右。但是，金額會因地區及你的收入而異。也有些地區對學生設有保險費的折扣或補助制度，因此也請做確認。

### ■ 保險的內容

受傷或患病接受治療時，若出示保險證，醫療費總額的70%由國保負擔，因此醫療費的個人負擔額為30%。但凡是不在醫療保險範圍內的醫療費，全部要自己負擔。

加入國民健康保險，如有1個月的醫療費變為高金額時，超過自己負擔限額的部分會轉為高額療養費之後再退回的制度。另外住院等情況時，如在事前申請、取得限額適用認定證，則可在醫院臨櫃付款時壓至限額。

## 損害保險・互助保險

對國民健康保險無法應對的事故等進行補償的保險，設有傷害保險及個人賠償責任保險，留學生也可以加入。

例如，對以下情況予以補償。

- 料理時不慎引火，導致必須更換廚房壁紙／導致廚房重新粉刷。
- 騎腳踏車撞傷行人，必須負擔對方的醫療費。
- 外出時放在房間裏的電腦和照相機被盜。

學校多會提供各種保險的說明，請多加考慮。

### 「學生教育研究災害傷害保險（學研災）」

這是日本96%的大學都加入「公益財團法人日本國際教育支援協會」的制度。  
另外也可以選擇保障更多元的「In-bound futai-gakuso」。

※有些學校無法使用，向學校確認一下吧。

<https://www.jees.or.jp/gakkensai/>



### 「CO・OP學生總合共濟(CO・OP共濟)」

在日本的大學留學，也能有機會加入這個共濟金互助制度。

<https://kyosai.univcoop.or.jp/>



# 課外兼職

在高等教育機構就讀的留學生中約65%的自費留學生有課外兼職經驗，平均每月收入為約81,000日圓(513美元)。課外兼職的收入不足以支付全部學費與生活費，請做好不依賴課外兼職的資金計劃。

!  
課外兼職時必需要遵守以下的條件。  
若未遵守，就會被處罰並強制驅逐出境。

1. 在最近的地方出入國在留管理局等申請「資格外活動許可」。「留學」居留資格超過三個月的人，在首次入境日本經入境許可，可在機場等申請「資格外活動許可」。
2. 工作不得妨礙學習。
3. 目的是為了補助留學的學費及必要的費用，不用於儲蓄或寄回家用。
4. 不屬於敗壞風俗的業種。※為法律所禁止。
5. 1週28小時以內(長期休假期間不超過1日8小時)。
6. 是在教育機構就學期間內從事的工作。

## 決定工作時的重點！

切勿為課外兼職而失去學習重心或傷害健康。

- ◎ 是否有妨礙到學業？  
深夜及長時間的工作是否會對隔天造成影響？
- ◎ 工資、支付方法  
當日支付、每週支付、每月支付、是現金支付還是銀行匯款呢？
- ◎ 工作內容是否安全？  
是否具危險的工作？工作中的事故如何保障？

課外兼職機會的介紹，問問看所屬學校吧。

## 留學生的從事兼職較多的職業類別

	職種	比例
1	餐飲業	39.2%
2	銷售	28.4%
3	工廠內的組裝工作	6.0%
4	助教／研究助理	5.6%
5	飯店接待等	4.2%
6	語言教師／清潔	3.4%
7	行政工作	3.1%
8	倉儲整理／翻譯	2.9%

資料來源：「2023年度自費外國人留學生生活實態調查」(JASSO)



## 強調「在日本留學期間賺錢」的留學仲介公司需特別注意

近年，部份留學仲介公司，在網站上刊登下面這些錯誤資訊，請注意。

「可以拿到每小時3,000日圓(19美元)的時薪」→X 一般時薪為1,300日圓(8美元)左右。

「留學時透過兼職，可賺取月薪20～30萬日圓，支付學費和生活費後，還可以寄回國。」→X 不能。課外兼職收入平均為81,000日圓(513美元)

※以1美元=158日圓計算

# 職業實習

職業實習是讓留學生能在學期間，前往與專業能力、職涯規劃相關的企業中累積實務經驗的制度。有的學校會把職業實習列入教育課程中，實習完可獲得學分。若想知道學校是否有實習制度、實習是否可獲得學分，可以直接洽詢校方。

如果屬於有薪實習，必須先取得「資格外活動許可」，留學生務必留意。如果希望實習時間一週超過28小時，除了明示實習內容的資料，同時需向地方出入國在留管理局等申請個別的「資格外活動許可」。

## ■ 課外兼職與職業實習的差異

課外兼職：以提供勞動力來賺取金錢的工作。

職業實習：給予就業機會、對未來的職業有益而進行的就業體驗。通常無支薪的情況比較多。

## ■ 尋找職業實習的方法

① 大學等的就業負責部門

認真去確認佈告欄吧。

② 就業支援網站

無論各業種及職種都有許多招募實習的資訊。

③ 專門負責職業實習的代辦業者

清楚可接收的企業，故學生及企業的媒合不當情況較不易發生。

## ■ 就讀於日本國外大學的學生在日本進行職業實習的居留資格

就讀於外國大學的學生，作為該大學學分取得等教育課程的一環，依據與日本企業等的契約和規定進行就業體驗而被認可入國時，按照有無報酬及居留期間，居留資格將會是「特定活動」、「文化活動」、「短期居留」其中的一項。

## 厚生勞動省 外國人雇用服務中心

(東京、名古屋、大阪、福岡)

提供雇用資訊、職業諮詢與介紹、受理職業實習。

### ■ 諮詢窗口：

東 京 <https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/english.html>



名古屋 <https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-foreigner/english.html>



大 阪 <https://jsite.mhlw.go.jp/osaka-foreigner/home.html>



福 岡 [https://jsite.mhlw.go.jp/fukuoka-roudoukyoku/hw/fuzoku\\_kikan/gaisen.html](https://jsite.mhlw.go.jp/fukuoka-roudoukyoku/hw/fuzoku_kikan/gaisen.html)



## 經濟產業省「國際化促進職業實習事業」

(以海外的大學生、畢業生為對象)

經濟產業省推動以外國學生為對象，在日本的中小企業中實習的計畫。

洽詢單位：經濟產業省貿易經濟協力局技術・人材協力課

TEL：(+81) 3-3501-1937



# 在日本就業

在日本，越來越多的企業考慮「為了獲得優秀人才而不分國籍」、「需要理解外語及外國狀況的人才」、以及「計劃積極聘用具備多種背景的人才」而聘用更多的外國留學生。然而留學生在日本國內就業並不容易。以下網站刊登了就業活動的經驗介紹以及與就業相關的活動資訊，可以參考這些資訊並及早進行就業活動吧！

## 外國人留學生就職指南 (JASSO)

[https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/after\\_study\\_j/job/guide.html](https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/after_study_j/job/guide.html)



## Japan Alumni Global Network (JASSO)

[https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/study\\_j/alumni/index.html](https://www.jasso.go.jp/en/ryugaku/study_j/alumni/index.html)



## 高度外國人才就業平台 「Open for Professionals」

<https://www.jetro.go.jp/en/hrportal/>



## 關於在日本聘用留學生的狀況

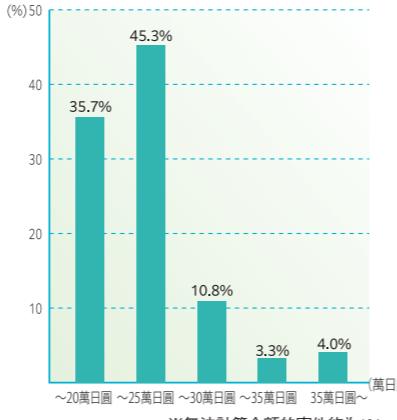
### 在留資格從「留學」等變更為就勞資格的申請許可件數



### 各行業別構成比例(前10位)

1	翻譯／口譯	16.1%
2	資訊處理／通訊技術	7.7%
3	策劃(行銷、調查)	7.4%
4	管理(不含經營者)	7.0%
5	國際貿易業務	6.4%
6	企業銷售	4.7%
7	策劃(公關／宣傳)	4.4%
8	護理員	3.7%
9	會計事務	3.7%
10	生產管理	3.7%
11	技術開發	3.7%

### 最初薪資(月薪)



## 居留資格的變更

留學生如果要在日本就業，須要將「留學」的居留資格變更為「技術・人文知識・國際業務」等可就業的居留資格。

變更居留資格的審核要點請見右側表格。

## 就業還未定案時

日本的大學<sup>※1</sup>或是專門學校<sup>※2</sup>即便到畢業前，就業仍未定案，也可用提出變更手續將居留資格自「留學」改為「特定活動」的方式，在學校畢業後的1年之間繼續進行就業活動。此時的居留期間為6個月，原則上只能再一次更新。<sup>※3</sup><sup>※4</sup>

①學歷	日本國內或國外大學、短期大學、高等專門學校畢業生 取得日本專門學校「專門士」資格的畢業生
②想要從事的業務內容	除了具有學術素養為背景的業務之外，對於獲得「專門士」稱號的人，在就職時是否與其所專攻科目相關，是一個被重視的因素。
③報酬	與日本人同等或以上的報酬
④企業實際的狀況	公司的經營基礎或業績是否穩定等

※1 包括短期大學及研究所。但別科生、聽講生、科目履修生及研究生不包括在內。  
※2 只限於取得專門士稱號的人。  
※3 必須來自學校的推薦。  
※4 滿足一定的必要條件，在畢業2年後可持續進行就職活動。  
必要條件等詳情請詢問地方出入國在留管理局。

# 統計

## ■ 日本的外國留學生人數

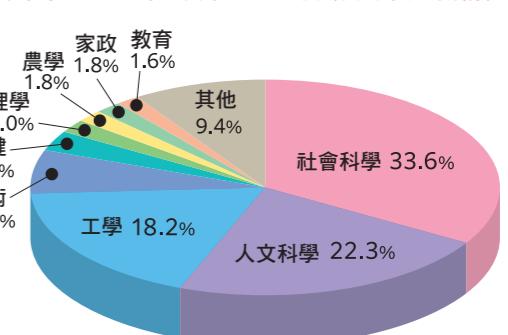
截至2024年5月1日



## ■ 外國留學生人數的變化 (截至各年度5月1日的留學生人數)



## ■ 各專業領域的外國留學生的比例 (高等教育機構)



## ■ 各在學階段的外國留學生數

在學階段	國立	公立	私立	合計
研究所(大學院)	34,411	2,176	21,628	58,215
大學(大學部)	10,844	1,719	74,858	87,421
短期大學			2,3263	3,265
高等專門學校	504	0	2	506
專門學校	0	52	76,350	76,402
準備教育課程	131		3,527	3,658
日本語教育機構		100	107,141	107,241
合計	45,890	4,049	286,769	336,708

## ■ 出身國(地域)別留學生數

國(地域)名	留學生數
中國	123,485
尼泊爾	64,816
越南	40,323
緬甸	16,596
韓國	14,579
斯里蘭卡	12,269
台灣	7,655
孟加拉	7,597
印尼	6,778
蒙古	4,085

資料來源：2024年度外國人留學生在籍狀況調查 (JASSO)  
<https://www.studyinjapan.go.jp/en/statistics/enrollment/data/2504301000.html>

## ■ 高等教育機構數

	國立	公立	私立	合計
大學				
研究所(大學院)	86	91	486	663
大學部	82	100	605	787
短期大學	—	15	282	297
高等專門學校	51	3	4	58
專門學校	8	176	2,492	2,676

※ 私立大學包括放送大學。

資料來源：「2024年度學校基本調查」(文部科學省)

※截至2024年5月1日



# 校園日記

留學生的每一天是怎麼度過的呢?  
回答大家的疑問並窺探前輩們的學生生活。  
聽聽朝著夢想努力的這些留學生的心聲吧!



東北大學 工學部 機械智能·航空工學科  
國際機械工學課程（國際共修型課程）三年級  
**阿文（印度）**



我之所以決定赴日留學，是受到從事日語口譯的父親影響。第一次到日本旅遊時有了許多體驗，被日本人思維、對他人尊重及重視細節的態度所吸引，於是開始尋找日本的大學。特別是對擁有次世代放射光設施「NanoTerasu」的東北大學產生興趣，便報考了國際機械工學課程。

我人生旅程不僅限於 STEM（科學、技術、工程、數學）領域，也涵蓋了許多多

元領域的精彩經驗。特別是在仙台的生活十分美好，在被自然環繞的城市中享受騎腳踏車與散步的寧靜時光。這樣的國際化環境也促進了我的個人成長，使我能從多角度思考並與世界各地的人建立連結。

我希望未來能在工程領域中貢獻於日本與印度兩國，成為連結兩國的橋梁。日本留學成為我人生轉捩點，讓我期待未來旅程將通往何方。

**一日作息**

8:00 起床  
起床後先泡咖啡，梳洗後騎腳踏車前往校園。

9:00～出席課程、研究  
課程不多，主要以研究室的研究為主。

13:00 午餐  
在學校餐廳用餐，價格實惠又方便。餐點也有提供素食或清真等多樣選擇。

14:00 校內課外兼職  
在校內的服務台擔任 AA（行政助理），協助留學生生活，也以 RA（研究助理）身份參與量子電腦實驗。

15:00 學習時間  
在咖啡廳或圖書館撰寫報告、完成作業。日本大學校園內有許多舒適的學習空間。

18:00～社團活動、晚餐  
作為東北大學留學生協會（TUFSA）幹部，參與策劃文化交流活動，會後與朋友用餐、逛街或閱讀後就寢。



ECC國際外語專門學校 日本語學科  
**凱莉（印尼）**

我從小學時期就對「教育」感興趣，總是希望能將自己學到的知識傳遞給他人，因此從小就夢想出國留學。特別是對日本的教育、禮儀和技術開發充滿關注，為了讓自己成長，我決定赴日留學。

初到日本時，身邊的一切都是陌生的，我也完全聽不懂日文。不過在家人、老師與朋友們的支持下，我逐漸建立起自信，並挑戰演講比賽與簡報大賽，獲得了最優秀獎與優秀獎。

此外，我也參加了全國專門學校日本語

學習者的辯論大會，從中獲得了巨大的成長。

我將來希望打造一個讓更多人都能接受優質教育的環境。為此，我想升大學，累積各種學習經驗，與更多人分享知識與觀點。將來我想在印尼創辦學校，為國家的發展盡一份心力。



## 一日作息

6:30 起床・早餐・預習  
我喜歡早起，一邊聽音樂一邊做早餐，享受悠閒的早晨時光。

8:30～上學・上課  
9點開始上課，學習語言知識、閱讀理解與聽力等。有時也會有發表練習。

13:30 午餐休息  
有時自己煮午餐，但通常會與朋友外出用餐。

14:00～課外兼職  
參加大阪府內高中生的「全球體驗」英語教學計劃。

17:00 回家・運動  
偶爾會在家運動，或到附近的公園散步。

20:00 複習・自由時間  
若有功課或複習會在這段時間完成。不然也會打電話給家人、和朋友打遊戲，放鬆一下。

22:30 就寢  
別忘了好好睡一覺喔！＼(^o^)／



福井大學 國際地域學部  
**陳紫瑄（台灣）**



我選擇到日本留學是因為我喜歡日本文化，我喜歡日本傳統文化，我也喜歡動漫等二次元文化，並且被日本獨特的表達方式和故事所感動，想要更深入地了解他們。由此，我萌生了到日本留學的願望。

真正來到日本之後，發現這裡的環境比我想像的要好得多。這裡的一切都很有吸引力，包括便利的生活環境。特別是每當我感受到日本人的親切與溫暖的時候，我

**一日作息**

7:00 起床  
我一邊做早餐，一邊聽日語廣播來提升我的日文聽能力。

8:45 日語作文課  
我覺得日文作文課有點難，但是一個學期後我的文法和字彙量都有所提升，我對此感到非常高興。

10:30 心靈的成長（課程）  
我和我的日本同學一起上這門課。內容是有關身心健康的老師用的日文也不會太難，所以我學到了很多。

12:00 午餐  
我習慣在學校食堂吃午餐，和來自各國的交換生以及日本朋友聊天。

13:00 日語課  
這是每天都有課程，主要是學習文法和會話。老師的教學方式很有趣，我很喜歡。



辯調理師專門學校 製菓技術管理學科  
**金秀貞（韓國）**

我為了成為能製作美味又美麗甜點的糕點師而來到日本。因為我已在韓國完成大學學業並有海外實習經驗，比起同齡人算是較晚才開始留學生活。起初我也曾懷疑這樣的選擇是否正確。不過，花一年的時間學日文，並在製菓學校度過的兩年，對我來說都是非常有意義的時光。

我就讀的辯調理師專門學校在韓國也非常有名，是許多立志成為糕點師者嚮往的學校。每天從早上9點到下午4點都在學習甜點。第一年除了製菓技術，也上了與



衛生及經營有關的課程，為取得製菓衛生師資格做準備。



此外，學校也提供參加各類比賽的機會。兩年間我參加了許多競賽，在老師們的指導下也取得了不錯的成績。今年春天我已決定在東京就職，畢業後會搬去東京。不過，也有不少留學生選擇畢業後馬上回國就職或創業。

人生有很多選擇，如果你還在猶豫是否赴日留學，我會鼓勵你勇敢嘗試。若對費用有顧慮，也可以善用多種獎學金制度。

## 一日作息

7:30 出門準備  
洗澡後確認制服、器具組與課本，步行上學。

9:00～上午實習  
因為學校沒有餐廳，通常吃自己準備的便當或買便利商店食物。若當天有烘焙實習，會在上課時準備午餐，大家一起享用。

12:10 午休  
若為半天實習，則上課為主。

13:10～下午實習  
準備考試或比賽期間會進行自主練習。

16:40～自主練習  
準備考試或比賽期間會進行自主練習。

18:30～自由時間  
平常練習奶油擠花、塗抹技巧或日式和菓子技巧。若是全國賽季節，則練習指定課題。

# 日本留學 Q&A

**Q** ①在小學、國中、高中的期間，有幾年是在日本的學校就讀的

②從日本的高中畢業

③具有包括日本國籍和其他國籍的兩個國籍  
對於上述情況，能否報考外國人入學考試？

**A** 學校將審查有無申請資格。請在申請前聯絡有關大學並向有關大學確認有無報考資格。有的學校可能會規定需與日本人學生相同的入學考試制度。

**Q** 身體有殘疾。參加入學考試時以及入學後能得到學校的特別照顧嗎？

**A** 身體有殘疾的留學生也可以得到學校的照顧在日本學習。根據疾病、身體的殘疾狀況等，如果希望在考試及入學後得到某些照顧，請在申請前與學校洽詢。

## 日本留學的基本資訊



### 日本留學資訊網站

<https://www.studyinjapan.go.jp/tc/>



・學校檢索・獎學金資訊

・JASSO主辦的日本留學展、說明會

<https://www.studyinjapan.go.jp/tc/events/>



・促進赴日留學資訊處

可以閱覽日本語教育機構的宣傳小冊或日本留學相關的書籍。

<https://www.studyinjapan.go.jp/tc/planning/brochures/>



### JASSO Study in Japan SNS



Facebook

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100092715664950>



Instagram

[https://www.instagram.com/JASSO\\_study\\_in\\_japan/](https://www.instagram.com/JASSO_study_in_japan/)



YouTube channel

[https://www.youtube.com/@studyinjapan\\_official](https://www.youtube.com/@studyinjapan_official)



## 日本留學的實用網站

### 融會貫通日語生活(文部科學省)

[https://tsunagarujp.mext.go.jp/?lang\\_id=TW](https://tsunagarujp.mext.go.jp/?lang_id=TW)



針對剛開始在日本生活、初學日語的外國人，以及無法在當地接觸日語學習機會的人，提供線上日語學習資源的網站。網站支援多語種翻譯，並根據日語程度分類主題，可學習實用的生活日語。



### Hirogaru, get more of Japan and Japanese

(國際交流基金)

<https://hirogaru-nihongo.jp/en/>



### 生活・就業指南手冊(出入國在留管理廳)

[https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook\\_all.html](https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook_all.html)



提供外國人在日本安心生活與工作的基本資訊。內容有多語言版本，也有用淺顯日語撰寫的「生活・工作指南手冊」，專為剛開始日本生活的外國人設計。



### JV-Campus 日本的新型態線上教育平台

<https://www.jv-campus.org/en/>



由日本國內外多所大學提供高品質線上教育內容的平台。涵蓋語言、商業、IT、藝術、文化等多元領域，從初學者到進階者皆可找到合適課程。如果想了解日本的大學都開辦哪一些課程，請務必參考。

也提供許多與日本文化以及日語相關的豐富內容。



### 日本國大使館・總領事館(駐外公館名單)

[https://www.mofa.go.jp/about/emb\\_cons/over/](https://www.mofa.go.jp/about/emb_cons/over/)



可查詢世界各地的日本大使館與總領事館地址、聯絡方式與網站網址。部分大使館與總領事館也會發布日本政府(文部科學省)獎學金及日本留學相關資訊。



# 日本學生支援機構由衷期盼每一位留學生均能 擁有受益良多的在日留學生活。

獨立行政法人日本學生支援機構(JASSO)是文部科學省管轄下之團體。

作為引導學生支援的核心機關，

綜合開展獎學金事業、留學生援助事業、學生生活援助事業等服務，

在培養肩負下一代社會、具有創造性與充滿人性的人才的同時，也力求促進國際間的理解及交流。

## 1 奬學金事業

對因經濟原因求學困難的優秀的日本學生等，實施獎學金貸款和付款。同時，改善了應對學生多種需求的獎學金制度以及申請程序，充分提供有關獎學金的資訊，並合理開展獎學金回收工作。

## 2 留學生援助事業

向留學生等支付獎學金、實施各種留學生交流計劃、通過日本留學試驗(EJU)等改善入學程序、推動收集和提供有關留學的資訊等。

## 3 學生生活援助事業

為了有助於各大學等實施的各種學生生活援助活動，收集和分析有關學生生活援助的有益活動事例等，並提供相關資訊。同時，透過各種研修事業等，支援各項針對大學等學生的服務。



TEL: +81-3-5520-6111 FAX:+81-3-5520-6121  
2-2-1 Aomi, Koto-ku, Tokyo 135-8630 JAPAN  
infoja@jasso.go.jp

## 海外事務所 (JASSO 日本國際教育交流情報中心)

### 印度尼西亞 TEL (+62) 21-252-1912

JASSO Japan Educational Information Center, Jakarta  
2nd Floor, Summitmas Tower II, Jalan Jenderal Sudirman Kav. 61-62,  
Jakarta 12190 INDONESIA  
Email : info@jasso.or.id  
Web : <https://www.jasso.or.id/>  
Facebook : <https://www.facebook.com/jasso.indonesia>  
Instagram : <https://www.instagram.com/jasso.indonesia/>  
WhatsApp : <https://api.whatsapp.com/send?phone=62212521912>

### 泰國 TEL (+66) 2-661-7057

JASSO Japan Educational Information Center, Bangkok  
1016/3, 10FSerm-mit Tower, 159 Asok-Montri Rd., Bangkok 10110  
THAILAND  
Email : info@jeic-bangkok.org  
Web : <https://www.jeic-bangkok.org/>  
Facebook : <https://www.facebook.com/JASSO.Thailand>  
Instagram : <https://www.instagram.com/jasso.thailand/>

### 越南 TEL (+84) 24-3710-0226

JASSO Vietnam Office  
4th Floor, CornerStone Building, 16 Phan Chu Trinh Street,  
Cua Nam Ward, Hanoi, VIETNAM  
Email : info@jasso.org.vn  
Web : <https://www.jasso.org.vn>  
Facebook : <https://www.facebook.com/JASSO.Vietnam>

### 韓國 TEL (+82) 2-765-0141

JASSO Japan Educational Information Center, Seoul  
702 Garden Tower, 84 Yulgok-ro, Jongno-gu, Seoul 03131  
Republic of KOREA  
Email : jasso@jasso.or.kr  
Web : <https://www.jasso.or.kr/>  
Facebook : <https://www.facebook.com/JASSO.Korea>  
Instagram : <https://www.instagram.com/jasso.korea/>

### 馬來西亞 TEL (+60) 3-2287-0812

JASSO Japan Educational Information Center, Kuala Lumpur  
A-7-5, Northpoint Offices, Mid Valley City, No. 1, Medan Syed Putra  
Utara, 59200 Kuala Lumpur, Malaysia  
Email : enquiry@studyinjapan.org.my  
Web : <https://www.studyinjapan.org.my/>  
Facebook : <https://www.facebook.com/JASSO.KL/>

海外事務所提供之服務。

- 電郵、面談、電話、書信諮詢
- 閱覽學校指南、學校要覽、日本留學參考書
- 通過當地說明會提供資訊

<https://www.studyinjapan.go.jp/tc/contact/>

